ହସ ଚିକିତ୍ସା

ଦାଦା ଜେ.ପି. ବାସ୍ୱାନୀ



ଅନୁବାଦକ
ବ୍ରଜ କୁମାର ଶତପଥୀ

ବିଶ୍ୱଗୁରୁ ଦାଦା ଜେ.ପି. ବାସୱାନୀ

ଦାଦା ଜେ.ପି. ବାସୱାନୀ ଆଧୁନିକ ଜଗତର ଅନନ୍ୟ ବିଶ୍ୱଗୁରୁ । ସେ ପ୍ରେମର ମୂର୍ତ୍ତିମନ୍ତ ପ୍ରତୀକ । ତାଙ୍କ କଣ୍ଠସ୍ୱରର କୋମଳତା, ବାର୍ତ୍ତାସବୁର ମଧୁରତା ଏବଂ କାର୍ଯ୍ୟଧାରାର ସଙ୍ଗୀତ ମନୁଷ୍ୟର ମନପ୍ରାଣକୁ ଅଭିଭୂତ କରେ । ମନୁଷ୍ୟର ଚେତନାକୁ ସ୍ପର୍ଶ କରି ତା'ର ରୂପାନ୍ତର ଆଣେ । ତାଙ୍କ ଦିବ୍ୟସନ୍ଦେଶର ସାରାବାର୍ତ୍ତା ହେଉଛି - "ପ୍ରେମ, ପ୍ରେମ ଆଉ ପ୍ରେମ । ତୁମର ଅଖଣ୍ଡ ପ୍ରେମ ପ୍ରବାହ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ସ୍ପର୍ଶ କରୁ । ତୁମର ନିନ୍ଦୁକ ମଧ୍ୟ ତୁମ ପ୍ରେମର ଅନୁଭବ ପାଉ । ତୁମେ ଜ୍ୱଳନ୍ତ ଅଗ୍ନିରୁ ମଧ୍ୟ ଅଧିକ ଦୀପ୍ତିମନ୍ତ ହୋଇ ବାହାରି ଆସିପାରିବ ।" ପ୍ରେମର ଏହି ମୂଳମନ୍ତ୍ର ଉପରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହୋଇଛି ବାସୱାନୀଙ୍କର ବିଶ୍ୱସଙ୍ଗଠନ । ଭୌଗୋଳିକ ସୀମାରେଖାର ବହୁ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱକୁ ଯାଇ ସମଗ୍ର ବିଶ୍ୱରେ ମାନବ ସେବା ପାଇଁ ଏହା ଉଦ୍ଦିଷ୍ଟ ।

ଦାଦାଜୀଙ୍କର ଦିବ୍ୟ ସନ୍ଦେଶ ଉପରେ ଆଧାରିତ ଏହି ପୁସ୍ତକଟି ଏକ ଅମୂଲ୍ୟ-ରତ୍ନ । ଅମୃତ ଲାଭକରିବାର ଅଭିଳାଷ ପୋଷଣକରି ଦିବ୍ୟ ମାର୍ଗରେ ଯାତ୍ରା କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଏହା ଏକ ପରମ ଦିଗଦର୍ଶକ । ତାଙ୍କ ବାଣୀସମୂହର ନିର୍ଯ୍ୟାସ ବହନ କରିଥିବା ଏହି ପୁସ୍ତକଟି ଏକ ସାରଥୀର ସୁନ୍ଦର ପ୍ରତୀକ ସଦୃଶ । କିନ୍ତୁ ଏହି ବିଶ୍ୱଗୁରୁ କହନ୍ତି, ସେ କାହାର ଗୁରୁ ନୁହନ୍ତି ମାତ୍ର ସମସ୍ତଙ୍କର ଶିଷ୍ୟ ।

ହସ ଚିକିତ୍ସା

ଦାଦା ଜେ.ପି ବାସୱାନୀ

ଅନୁବାଦ : ବ୍ରଜ କୁମାର ଶତପଥୀ

ହସ ଚିକିତ୍ସା

by

Dada J.P Vaswani

Translated By-

B.K. Satapathy,

Published by

B.K. Satapathy

35 Laxmi Vihar, Bhubaneswar - 751005

Ph 9437630574

Publicatin Date - 02.08.2017

99th Birthday of Dadaji

Price : 20/- Only

Blessings of Dadaji ....

To

Beloved Brother Shri B.K Satapathy —
a man with a rich mind, a beautiful heart
and a radiant simplicity,
without whose help and labour of love this
beautiful book would not have seen
the light of day —
with love, gratitude and blessings

J.P. Vaswani.
Oct 8, 05

ସୂଚୀପତ୍ର

ଆତ୍ମିକ ପୋଷଣ (ଭାଗ ୧-୪)

ଦାଦା ଜେ.ପି ବାସୱାନୀ

ଦାଦାଜୀଙ୍କର ଦିବ୍ୟ ସନ୍ଦେଶ ଉପରେ ଆଧାରିତ ଏହି ପୁସ୍ତକଟି ଏକ ଅମୂଲ୍ୟ-ରତ୍ନ । ଅମୃତ ଲାଭକରିବାର ଅଭିଳାଷ ପୋଷଣକରି ଦିବ ମାର୍ଗରେ ଯାତ୍ରା କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଏହା ଏକ ପରମ ଦିଗ୍‌ଦର୍ଶକ । ତାଙ୍କ ବାଣୀସମୂହର ନିର୍ଯାସ ବହନ କରିଥିବା ଏହି ପୁସ୍ତକଟି ଗଳ୍ପାକାରରେ ବର୍ଣ୍ଣିତ ଏକ ସାରଥୀର ସୁନ୍ଦର ପ୍ରତୀକ ସଦୃଶ । ନିତ୍ୟ ପଠନୀୟ ଏକ ଗଳ୍ପର ଅପୂର୍ବ ସମାହାର ।

ପ୍ରଥମ ଅଧ୍ୟାୟ

ହସର ଔଷଧୀୟ ଗୁଣ

ହସିବା ଗୋଟିଏ ଶାରୀରିକ, ମାନସିକ ତଥା ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଟନିକ୍ । ଚାଲନ୍ତୁ, ଆଜି ସନ୍ଧ୍ୟାରେ ଏହି କଥାର ଆରମ୍ଭ ହସର ସହିତ ଆରମ୍ଭ କରବା ।

ଏକ ସହରରେ ଲୋକେ ଗୋଟିଏ ମନ୍ଦିର, ଗୋଟିଏ ସ୍କୁଲ ଓ ଗରିବମାନଙ୍କର ମାଗଣା ଚିକିତ୍ସା ପାଇଁ ଗୋଟିଏ ଡ଼ାକ୍ତରଖାନା ତିଆରି କରିବାକୁ ଚାହୁଁଥିଲେ । ପୂରା ପରିଯୋଜନାର ଖର୍ଚ୍ଚ ଏକକୋଟି ଟଙ୍କା ଥିଲା । ଚାନ୍ଦା ଆଦାୟ କରୁଥିବା ଗୋଟିଏ ଦଳ ଜଣେ ସେଠଙ୍କ ପାଖକୁ ଗଲେ । ସେ ସେଠ୍‌ଜଣକ କଞ୍ଜୁସ୍ ପ୍ରକୃତିର ଥିଲେ । ସେମାନେ ସେଠ୍‌ଙ୍କୁ କହିଲେ, 'ଆମେ ଚାହୁଁଛୁ କି ମନ୍ଦିର ନିର୍ମାଣ ପାଇଁ ପ୍ରଥମ ଚାନ୍ଦା ଆପଣଙ୍କଠାରୁ ମିଳୁ ।

ଈଶ୍ୱରଙ୍କ କୃପାରୁ ଆପଣଙ୍କ ପାଖରେ ବହୁତ ଧନ ଅଛି । ବେଶୀ ନ ହେଲେ ବି ଆପଣ ପୂରାଖର୍ଚ୍ଚର ଏକ ପ୍ରତିଶତ ଦାନ କରନ୍ତୁ ।'

ସେଠ୍ ଜଣକ ପଚାରିଲେ, 'ତାହା କେତେ ଟଙ୍କା ହେବ ?' ପୂରା ଯୋଜନାର ଖର୍ଚ୍ଚ ଏକକୋଟି । ତାହାର ଏକ ପ୍ରତିଶତ ହେଲା ଏକଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା ।

ସେଠ୍ ଜଣକ ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ନିଜର ଚେକ୍ ବହି କାଢ଼ି ଏକ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କାର ଚେକ୍ କାଟି ସେମାନଙ୍କୁ ଦେଇଦେଲେ । ଏହାପରେ ସେ ଘରୁ ବାହାରି ଚାଲିଗଲେ ।

ସମସ୍ତେ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ହୋଇଗଲେ ! ସେଠ୍ ପାଖରୁ ଏତେ ଶୀଘ୍ର ପଇସା ମିଳିବାର ଆଶା ସେମାନଙ୍କର ନଥିଲା । ସେମାନେ ଭାବିଥିଲେ ଯେ ଲକ୍ଷେଟଙ୍କା ମାଗିଲେ ସେଠଙ୍କଠାରୁ ଦଶ ହଜାର ଟଙ୍କା ମିଳିପାରେ । ହଠାତ୍ ଜଣଙ୍କର ଆଖି ପଡ଼ିଲା ଯେ ଚେକ୍‌ରେ ସେଠଙ୍କର ଦସ୍ତଖତ ନାହିଁ । ସମସ୍ତେ ଦଉଡ଼ି ଦଉଡ଼ି ସେଠଙ୍କ ପାଖରେ ପହଞ୍ଚି କହିଲେ, 'ମହାଶୟ ! ଭୁଲରେ ଆପଣ ଚେକ୍‌ରେ ଦସ୍ତଖତ କରିବାକୁ ଭୁଲି ଯାଇଛନ୍ତି ।'

ସେଠ୍ କହିଲେ, 'ତାହା ଭୁଲ ନୁହେଁ । ଆମର ଶାସ୍ତ୍ର

କହୁଛି କି ଭଲ କାମ ପାଇଁ ଦାନ ଗୁପ୍ତ ରଖାଯିବା ଉଚିତ । ମୋର ଦାନ ମଧ୍ୟ ଅନାମ ହୋଇ ରହିବାକୁ ଦିଅନ୍ତୁ ।'

ରୋଗ ଭଲ କରିବାକୁ ଅନେକ ପ୍ରକାର ଚିକିତ୍ସା ଅଛି । ଯେପରିକି ଏଲୋପାଥି, ହୋମିଓପାଥି ଓ ଆୟୁର୍ବେଦ ଯୋଗ ଚିକିତ୍ସା ପଦ୍ଧତି ରହିଛି । ନେଚରପାଥି ମଧ୍ୟ ଅଛି । ଆନନ୍ଦିତ ବା ପ୍ରସନ୍ନ ରହିବା ମଧ୍ୟ ଉପଚାରର ଗୋଟିଏ ପଦ୍ଧତି । ଯଦି ଆମେ ସବୁ ସମୟରେ ଆନନ୍ଦିତ ବା ପ୍ରଫୁଲ୍ଲିତ ରହିବା, ତେବେ ଆମେ ବେମାରରେ ପଡ଼ିବା ନାହିଁ । ଯଦିବା ପଡ଼ିବା ତେବେ ଶୀଘ୍ର ଭଲ ହୋଇଯିବା ।

ଜଣେ ସତୁରିବର୍ଷ ବୟସ୍କ ବ୍ୟକ୍ତି ଅଛନ୍ତି । ତାଙ୍କର ଦାବୀ ହେଲା ସେ ଗୋଟିଏ ଦିନ ପାଇଁ ମଧ୍ୟ ବେମାର ହୋଇନାହାନ୍ତି । ଥରକ ପାଇଁ ମଧ୍ୟ ସେ କୌଣସି ଡ଼ାକ୍ତରଙ୍କ ପାଖକୁ ଯାଇନାହାନ୍ତି । ସବୁ ସମୟରେ ପ୍ରସନ୍ନ ରହିବାକୁ ସେ ନିଜ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟର ରହସ୍ୟ ବୋଲି କହନ୍ତି ।

ଆପଣଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ କେତେକ ନର୍ମାନ୍ କଜିନସ୍‌ଙ୍କ ବହି"ଆନାଟମି ଅଫ୍ ଆନ ଇଲନେସ୍" ପଢ଼ିଥିବେ । ଲେଖକ

ସେହି ବହିରେ ନିଜର ଅନୁଭବ କଥା ଲେଖିଛନ୍ତି ଯେ କିପରି ପ୍ରସନ୍ନ ରହି ସେ ନିଜ ବେମାର ଉପରେ ବିଜୟ ଲାଭ କଲେ । ସେ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭଲ ହୋଇଯାଇଥିଲେ । ଚିକିତ୍ସକଙ୍କ ମତରେ ତାଙ୍କର ରୋଗ ଅସାଧ ଥିଲା କିନ୍ତୁ ସେ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ସୁସ୍ଥ ହୋଇଗଲେ ।

ଆମେରିକୀୟ ସାମ୍ବାଦିକ ନର୍ମାନ କଜିନସ୍ ନିଜର ବିଭାଗୀୟ କାର୍ଯ୍ୟରେ ୧୯୬୪ ମସିହା ଅଗଷ୍ଟ ମାସରେ ରୁଷିଆ ଯାଇଥିଲେ । ସେଠାରେ ତାଙ୍କୁ ଜ୍ୱର ହେଲା ଓ ଦେହର ତାତି ବଢ଼ି ଚାଲିଲା । ସେ ଉଡ଼ାଜାହାଜରେ ଆମେରିକା ଫେରି ଆସିଲେ । ତାଙ୍କର ଜ୍ୱର ଓ ଶାରୀରିକ ଯନ୍ତ୍ରଣା ବଢ଼ି ବଢ଼ି ଗଲା । କିଛିଦିନ ମଧ୍ୟରେ ସେ ନିଜର ହାତଗୋଡ଼ ଚଳାଇବାକୁ ଅସମର୍ଥ ହୋଇଗଲେ । ତାଙ୍କୁ ଡ଼ାକ୍ତରଖାନାରେ ଭର୍ତ୍ତି କରାଗଲା । ଡ଼ାକ୍ତରମାନେ ପରୀକ୍ଷାକରି କହିଲେ ଯେ, ତାଙ୍କର ରୋଗର ନାମ 'କୋଲେଜନ୍' ଓ ତାହା ଶରୀରକୁ ସଂଯୋଗ କରୁଥିବା ଟିସୁର ରୋଗ ଥିଲା । ଡ଼ାକ୍ତରମାନେ ସଫା କହିଦେଲେ ଯେ, ତାଙ୍କର ବଞ୍ଚିବାର ଆଶା ଅତି କମ୍ । କୌଣସି ଚମତ୍କାର ହିଁ ତାଙ୍କୁ ବଞ୍ଚାଇ ପାରେ ।

ନର୍ମାନ୍ କଜିନସ୍ ବହୁତ ସାହସୀ ବ୍ୟକ୍ତି ଥିଲେ । ସେ ଏତେ ଶୀଘ୍ର ହାରିବାବାଲା ନଥିଲେ । ସେ ମନେମନେ ବିଚାର କଲେ । ସେ ଭାବିଲେ କି ଯଦି କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତି ମାନସିକ ଚାପରେ କାମ କରେ, ବହୁତ ଚିନ୍ତା କରେ ଓ ଭୟର ଜୀବନ ବିତାଏ, ତେବେ ତାର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଖରାପ ହୋଇଯାଏ । ଯଦି ଏହା ସତ୍ୟ ତେବେ ତାର ଠିକ୍ ଓଲଟା କଥାଟି ବି ସତ ହେବ । ଯଦି କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତି ସବୁ ସମୟରେ ଆନନ୍ଦିତ ରହେ, ଯଦି ତା' ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରେମ, ବିଶ୍ୱାସ ଓ ଆଶା ଥାଏ, ସେ ରୋଗ ଉପରେ ବିଜୟ ପାଇପାରେ ।

ସେ ନିଜେ ନିଜର ଡ଼ାକ୍ତର ହେବାକୁ ଚେଷ୍ଟାକଲେ ଓ ହାସ୍ୟରସାତ୍ମକ ସିନେମା ସବୁ ଦେଖିବା ଆରମ୍ଭ କଲେ । ସେ କୌତୁକିଆ ବହି ପଢୁଥାଆନ୍ତି ଓ ବାରମ୍ବାର ହସୁଥାଆନ୍ତି । ସେ ଆସ୍ତେ ଆସ୍ତେ ଜାଣିଲେ ଯେ ତାଙ୍କର ଔଷଧ ଖାଇବା ଆଉ ଦରକାର ନାହିଁ । କିଛି ମାସ ସେ ଗୋଲ୍ଫ ଖେଳିବାକୁ ଯୋଗ୍ୟ ହୋଇଗଲେ । ସାମ୍ବାଦିକତା ମଧ୍ୟ ପୁଣି ଆରମ୍ଭ କଲେ । ଏସବୁ ଦେଖି ଡ଼ାକ୍ତର ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ଥିଲେ ।

ନର୍ମାନ୍ ତାଙ୍କ ବହିରେ ଲେଖୁଛନ୍ତି ଯେ, ଆମ ସମସ୍ତଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରାଣଶକ୍ତି ଅଛି । ମାନବ ଶରୀରର ପ୍ରତ୍ୟେକ କଣିକାରେ ଏହି ଶକ୍ତି ଅଛି । ପ୍ରାଚୀନ କାଳରେ ଋଷିମାନେ ଏହାକୁ ବିସ୍ତାରପୂର୍ବକ ଅଧ୍ୟୟନ କରିଥିଲେ । ସେମାନେ ଏହାକୁ 'ପ୍ରାଣ' ବୋଲି କହନ୍ତି । ଏହି ଶକ୍ତି ଜୀବନର ଆଧାର ଅଟେ । ମନ ମାଧ୍ୟମରେ ଏହି ମୂଲ୍ୟବାନ୍ ଶକ୍ତିର ଲାଭ ଉଠାଯାଇପାରେ କିମ୍ବା ଏହାକୁ ବ୍ୟର୍ଥରେ ହରାଯାଇପାରେ । ଆମ ମଧ୍ୟରୁ ଅନେକ ନିଜର ଦୈନନ୍ଦିନ ଜୀବନରେ ଏହି ପ୍ରାଣଶକ୍ତି ଉପରେ ନଜର ଦେଇନଥାଉଁ । ପ୍ରାଣକୁ ପ୍ରାୟ ସବୁଠୁ କମ୍ ବୁଝାଯାଇଛି ଓ ପୃଥିବୀର ଏହି ଶକ୍ତିକୁ ସବୁଠାରୁ କମ୍ ଉପଯୋଗ କରାଯାଉଛି । ଯେତେବେଳେ ନର୍ମାନ୍ କଜିନ୍ସଙ୍କ ବହି ପ୍ରଥମେ ପ୍ରକାଶିତ ହେଲା ଆଜି ସାରା ଜଗତର ଡ଼ାକ୍ତରମାନେ ହସିବାର ଔଷଧୀୟ ଗୁଣ ଓ ମହତ୍ତ୍ୱ ଉପଲବ୍ଧ କରୁଛନ୍ତି । ହାସ୍ୟର ଔଷଧୀୟ ଗୁଣ ଉପରେ ଅନେକ ସମ୍ମିଳନୀ ହୋଇଗଲାଣି । ହସିବାକୁ ଅଭୁତ "ଆନ୍ତରିକ ବ୍ୟାୟାମ' ବୋଲି କୁହାଯାଉଛି ।

ଦ୍ୱିତୀୟ ଅଧ୍ୟାୟ

ଏଠାରେ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତିର କଥା କୁହାଯାଇଛି । ସେ ଯେତେବେଳେ ମାତ୍ର ଦୁଇବର୍ଷର ଥିଲା, ସେତେବେଳେ ତାର ଦୃଷ୍ଟିଶକ୍ତି ନଷ୍ଟ ହୋଇଯାଇଥିଲା । ପ୍ରାୟ ତିରିଶ ବର୍ଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ତାର ଜୀବନ ପୂରାପୂରି ଅନ୍ଧକାର ମଧ୍ୟରେ ରହିଲା । ସେ ପ୍ରକୃତିର ଅଦ୍ଭୁତ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ, କଳତାନ କରୁଥିବା ନଦୀ, ଗଛ, ରଙ୍ଗବେରଙ୍ଗ ଫୁଲ, ଉଠୁଥିବା ସୂର୍ଯ୍ୟଙ୍କ ସୁଷମା ଓ ଅସ୍ତଯାଉଥିବା ସୂର୍ଯ୍ୟଙ୍କ ଶାନ୍ତି- ଏସବୁ ଦେଖିବାରୁ ବଞ୍ଚିତ ଥିଲା ।

ବତିଶ ବର୍ଷ ବୟସରେ ତାର ଆଖିର ଅପରେସନ୍ ହେଲା ଓ ତାକୁ ଦୃଷ୍ଟିଶକ୍ତି ମିଳିଗଲା । ଅଚାନକ ସେ ନିଜକୁ ଗୋଟିଏ ସୁନ୍ଦର ଓ ଉଜ୍ଜ୍ୱଳ ସଂସାର ମଧ୍ୟରେ ପାଇଲା ।

କେହି ଜଣେ ତାଙ୍କୁ ପଚାରିଲା, 'ଏବେ ତ ତୁମେ ଦେଖିପାରୁଛ । ତୁମର ପ୍ରତିକ୍ରିୟା କ'ଣ ?' ସେ ଜବାବ ଦେଲା, 'ଯେତେବେଳ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ମୁଁ ଅନ୍ଧାରରେ ଥିଲି, ମୁଁ କଳ୍ପନା କରୁଥିଲି ଯେ ମୋ' ଚାରିପାଖରେ ଥିବା ଲୋକମାନଙ୍କର ଚେହେରାରେ ପ୍ରଫୁଲ୍ଲତା ଓ ଖୁସି ଥିବ । ଏବେ ମୁଁ ଯେତେବେଳେ ଦେଖୁଛି, ସେତେବେଳେ ଜାଣିପାରୁଛି ଅଧିକାଂଶ ଲୋକଙ୍କ ଚେହେରା ଉଦାସ ଓ ମଳିନ ଅଛି । ମୋ' ଆଖିକୁ ପ୍ରସନ୍ନ ଓ ହସୁଥିବା ଚେହେରା କମ୍ ଦେଖାଯାଉଛି । ମୁଁ ଦେଖିବାକୁ ପାଉଛି କି, ଛୋଟ ପିଲାମାନେ ବେଶୀ ପ୍ରସନ୍ନ ଓ ଆନନ୍ଦିତ ଅଛନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ସେମାନେ ଯେତେବେଳେ ବଡ଼ ହୋଇ ଯାଉଛନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କର ପ୍ରଫୁଲ୍ଲତା ହଜିଯାଏ ଓ ହସ ଫିକା ପଡ଼ିଯାଏ ।' ଆଜି ବହୁତ ଡ଼ାକ୍ତରମାନଙ୍କର ମତ ହେଲା ଯେ ଯଦି କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତି ମଜାଳିଆ ସ୍ୱଭାବର ହୋଇଥାଏ, ପ୍ରଫୁଲ୍ଲ ଓ ସନ୍ତୁଷ୍ଟ ଅଟେ, ତେବେ ରୋଗ ତା ପାଖ ମାଡ଼ିବ ନାହିଁ । ଯଦିବା ଆସିଥାଏ ତେବେ ବେଶୀଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ରହିପାରେ ନାହିଁ ।

ଡ଼ାକ୍ତର ବିଲ୍‌ଡ଼େଙ୍କ ମତ ହେଲା, 'ହସିବା ଦ୍ୱାରା ପେଟର ମାଂସପେଶୀମାନେ ଗୋଟିଏ ସଙ୍ଗୀତର ତରଙ୍ଗପରି ଗତି

କରିଥାଆନ୍ତି, ଯାହାଦ୍ୱାରା ଅନ୍ତଃନଳୀର ମାଲିସ ହୋଇଥାଏ । ଏହାଦ୍ୱାରା ହଜମ ଶକ୍ତି ଠିକ୍ ରହେ ଓ ରକ୍ତ ପ୍ରବାହ ମଧ ।'

ଆମେରିକାର ହାର୍ଭାଡ଼୍ ଓ ୟେଲ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ ପଶ୍ଚିମ ଲସ୍‌ଏଞ୍ଜେଲ୍‌ସର ୟୁ.ସି.ଏଲ୍ Nuropsychiatric ସଂସ୍ଥାନ ଓ ଅନ୍ୟ କେତେକ ଗବେଷଣା ସଂସ୍ଥାମାନେ ସ୍ୱୀକାର କରନ୍ତି ଯେ, ହସିବା ଓ ପ୍ରଫୁଲ୍ଲିତ ରହିବା ଦ୍ୱାରା ମନରେ ଖୁସିର ତରଙ୍ଗ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ ଓ ନ୍ୟୁରୋପେଷ୍ଟାଇଡ଼୍‌ର ସଂଋର କରିଥାଏ । ଯାହାଦ୍ୱାରା ଶରୀର ମଧ୍ୟରେ ରୋଗ ସହିତ ଲଢ଼ିବା ଶକ୍ତି ବଢ଼ିଥାଏ । ଅପ୍ରସନ୍ନ ରହିବା ଲୋକଙ୍କ ଅପେକ୍ଷା ସେହି ଲୋକମାନେ ଅଧିକ ସୁସ୍ଥ ରହନ୍ତି, ଯେଉଁମାନେ ଈର୍ଷା, ଦ୍ୱେଷ ତଥା ଲୋଭରୁ ଦୂରରେ ଥାଆନ୍ତି ।

ଆଧୁନିକ ଯୁଗର ଚିକିତ୍ସକମାନେ ପ୍ରୟୋଗ କରୁଥିବା ନୂଆ ନୂଆ ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ଡ଼ାକ୍ତରଖାନାମାନଙ୍କରେ ପ୍ରଦର୍ଶିତ କରାଯାଉଛି । ଯେପରି 'ହସ ଓ ସୁସ୍ଥ ଗୃହ' । 'ହସିବା ଆପଣଙ୍କ ରୋଗ ପ୍ରଶମନରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ'। 'ପ୍ରସନ୍ନଚିତ୍ତ ରହିବା ଗୋଟିଏ ଅଦ୍ଭୁତ ମହୌଷଧୀ' ।

ତୃତୀୟ ଅଧ୍ୟାୟ

ଡ଼ାକ୍ତରମାନଙ୍କର ମତ ହେଲା, ଆମର ରକ୍ତର ଅଣୁମାନେ ମସ୍ତିଷ୍କରୁ ସଙ୍କେତ ଗ୍ରହଣ କରନ୍ତି । ଯଦି କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତି ପ୍ରସନ୍ନ ଓ ତୃପ୍ତ ଥାଏ, ତେବେ ସେହି ଅଣୁମାନେ ଖୁସିର ସଙ୍କେତ ପଠାନ୍ତି ଓ ବ୍ୟକ୍ତି ରୋଗମୁକ୍ତ ହେବାର ପ୍ରକ୍ରିୟା ତୀବ୍ର ହୋଇଯାଏ । ଆଧୁନିକ ବିଜ୍ଞାନର ଆବିଷ୍କାର ହେଲା ଆପଣ ଯେତେ ହସିବେ, ସେତିକି ଅଧିକ ସୁସ୍ଥ ରହିବେ । କୁହାଯାଏ କି, ଜଣେ ହସହସ ମୁହଁଥିବା ଡ଼ାକ୍ତର ଔଷଧ ଅପେକ୍ଷା ଅଧିକ ଲାଭ ପହଞ୍ଚାଇ ଥାଆନ୍ତି ।

କୁହାଯାଏ କି- ଖୁସି, ଜୀବନ ଗାଡ଼ିର ଚକରେ ତେଲର କାମ କରିଥାଏ । ତାହା ଯନ୍ତ୍ରଣାକୁ କମ୍ କରିଥାଏ, ରୋଗକୁ ଘଉଡ଼ାଇ ଦେଇଥାଏ, ବିପଦକୁ ଦମନ କରିଥାଏ, ମନର ବୋଝକୁ ହାଲ୍‌କା କରିଥାଏ ଓ ଜୀବନକୁ ସରଳ କରିଥାଏ ।

ହସ ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍‌ରେ ଆରମ୍ଭ ହୋଇ କଲିଜା (ଲିଭର), ପେଟ ତଥା ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଆନ୍ତରିକ ଅଙ୍ଗମାନଙ୍କରେ ଜେଲିପରି ତରଙ୍ଗ ସୃଷ୍ଟି କରିଥାଏ । ଏହାଦ୍ୱାରା ସୁଖଦାୟକ ଭାବ ସୃଷ୍ଟି ହୁଏ ଓ ଘୋଡ଼ାଚା ପରି କସରତ ହୋଇଯାଇଥାଏ ।

କିଛି ସେକେଣ୍ଡ ଖୋଲା ହସଦ୍ୱାରା ଯେତିକି ପବନ ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍‌ରେ ପ୍ରବେଶ କରିଥାଏ, ସେତିକି ପବନ ଲମ୍ୱା ଶ୍ୱାସ ନେବାରେ ହୋଇନଥାଏ । ସାଧାରଣତଃ ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍ ଦ୍ୱୟର ବାୟୁଧାରକ କ୍ଷମତା ପାଖାପାଖି ୩୫୦୦ ଘନ ସେଣ୍ଟିମିଟର ହୋଇଥାଏ । ସାଧାରଣତଃ ଆମେ ଗୋଟିଏ ନିଃଶ୍ୱାସରେ ଯେତିକି ପବନ ଭିତରକୁ ଟାଣି ନେଇଥାଉ, ଏହାଠାରୁ ଦଶଗୁଣ ଅଧିକ ପ୍ରାଣ ମନଖୋଲା ହସଦ୍ୱାରା ଶରୀର ମଧ୍ୟରେ ସଞ୍ଚାର ହୋଇଯାଇଥାଏ । ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍ ମଧ୍ୟରେ ଅଧିକ ପବନ ପ୍ରବେଶକଲେ ଆମେ ସତେଜ ହୋଇଉଠୁ କାରଣ ରକ୍ତକୁ ଭରପୁର ଅକ୍ସିଜେନ୍ ମିଳିଯାଏ । ମସ୍ତିଷ୍କ ସହିତ ପୂରା ଶରୀର ଅକ୍ସିଜେନ୍‌ର ଅଧିକମାତ୍ରା ପାଇଥାଏ । ଡ଼କ୍ଟର ଗ୍ରୀନ୍‌ଙ୍କ ଭାଷାରେ, "ମାନବ ଶରୀରରେ କୌଣସି କୋଣ କିମ୍ୱା ରକ୍ତର କୌଣସି ଶିରା ଏପରି ନାହିଁ ଯାହା ଖୋଲା ହସରେ ତରଙ୍ଗାୟିତ ହୁଏନାହିଁ ।"

ଡ଼ାକ୍ତର ଏନିଟ୍ ଗୁଡ଼୍‌ହାର୍ଟ ଯିଏକି ହାସ୍ୟଚିକିତ୍ସା ଶିକ୍ଷା ଦିଅନ୍ତି, କହନ୍ତି-- 'ଆମେ ଏଥିପାଇଁ ହସୁନା ଯେ ଆମେ ପ୍ରସନ୍ନ ଅଛୁ । କିନ୍ତୁ ଏଥିପାଇଁ ପ୍ରସନ୍ନ ଅଛୁଯେ ଆମେ ହସୁ ।'

ୟେଲ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟରେ ଚୌରୀ ସ୍ୱାର୍ଟଜ ଓ ଅନ୍ୟମାନେ ପରୀକ୍ଷାକରି କହନ୍ତି ନିଜ ଚେହେରାରେ ମାଂସପେଶୀର ଆକାର ବଦଳାଇ ଆମେ ନିଜ ଭିତରର ଭାବ ବଦଳାଇ ପାରିବା । କେବଳ ଦର୍ପଣ ସାମନାରେ ଠିଆହୋଇ ହସିଲେ ଆପଣଙ୍କ ମନ ଉପରେ ଥିବା ଉଦାସୀନତାର କଳା ବାଦଲ ହଜିଯାଏ ନାହିଁ । ଆମେ କେବଳ ଏଥିପାଇଁ ହସୁନା କି ଆମେ ଖୁସି ଅଛୁ । ଯେତେବେଳେ ଆମେ ହସୁ, ସେତେବେଳେ ଆମେ ଖୁସି ହୋଇଯାଉ ।

ଡ଼କ୍ଟର ଗୁଲହାର୍ଟ ଏହା ମଧ କହନ୍ତି ଯେ ଆମେରିକୀୟ ସ୍ତ୍ରୀମାନେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କଠାରୁ ହାରାହାରି ଆଠ ବର୍ଷ ଅଧିକ ବଞ୍ଚନ୍ତି, କାରଣ କ'ଣ ? ଗୁଲହାର୍ଟ କହନ୍ତି ଯେ, ଆମେରିକୀୟ ସମାଜ ଝିଅ ଓ ସ୍ତ୍ରୀମାନଙ୍କର ଉନ୍ମୁକ୍ତ ଓ ଠୋ ଠୋ ହସିବାକୁ ସ୍ୱୀକାର କରିଥାଏ କିନ୍ତୁ ପୁରୁଷମାନଙ୍କୁ ଏହି ସୁବିଧା ନାହିଁ ।

ଜଣେ ଆମେରିକୀୟ ପୁରୁଷଠାରୁ ଗମ୍ଭୀରତା ଓ ସୌମ୍ୟତା ଆଶା କରାଯାଏ । କଥା କଥାରେ ହସିବାକୁ ପସନ୍ଦ କରାଯାଏ ନାହିଁ ।

ସ୍ୱାମୀ ବିବେକାନନ୍ଦ ଯେତେବେଳେ ଆମେରିକା ଗଲେ ତାଙ୍କୁ ବୁଝାଗଲା ନାହିଁ ଯେ ସେଠାରେ ପାଦ୍ରୀ ଏତେ ଚୁପ୍‌ଚାପ୍ ଓ ଗମ୍ଭୀର କାହିଁକି ଥାଆନ୍ତି ? ସେ ଭାବିଲେ ବୋଧେ ଖୋଲାଖୋଲି ହସିବା ତାଙ୍କପାଇଁ ଅଧାର୍ମିକ ହୋଇଥାଇପାରେ । ସ୍ୱାମୀ ବିବେକାନନ୍ଦ ସ୍ୱଭାବରେ ଅତ୍ୟନ୍ତ ସରଳ ଓ ହସମୁଖ ଥିଲେ । ସାଧାରଣ ସଭାମାନଙ୍କରେ ସେ ହସିବାକୁ ପଛାଉ ନଥିଲେ । ଆମେରିକୀୟ ପାଦ୍ରୀମାନଙ୍କୁ ଏପରି ବ୍ୟବହାର ବୁଝା ପଡୁନଥିଲା । ସେମାନେ ଏହାକୁ ଫାଜିଲାମୀ ବୋଲି ଭାବୁଥିଲେ । ସ୍ୱାମୀ ବିବେକାନନ୍ଦ ଥରେ ସେମାନଙ୍କୁ ବଜ୍ରଧ୍ୱନିରେ କହିଲେ, "ଏତେ ଉଦାସ ଚେହେରା ଦେଖାଇବା ଦରକାର କ'ଣ ? ଏହା ଅତ୍ୟନ୍ତ ଖରାପ କଥା । ଯଦି ତୁମର ଚେହେରା ଉଦାସ ଅଛି, ତେବେ ସେଦିନ ନିଜ ରୁମ୍ ଭିତରେ ରୁହ । ବାହାରକୁ ଆସନାହିଁ । ନିଜର ଉଦାସୀ ରୋଗକୁ ସାରା ଦୁନିଆରେ ବିତରଣ କରିବା ପାଇଁ ତୁମର କି ଅଧିକାର ଅଛି ?"

ଅସିସିର ସନ୍ଥ ଫ୍ରାନ୍‌ସିସ୍ ଥରେ ନିଜ ଶିଷ୍ୟମାନଙ୍କୁ ଉପଦେଶ ଦେଇ କହିଲେ, "ନିଜ ବ୍ୟବହାରରେ ତୁମେମାନେ ଗାମ୍ଭୀରତାର ଛଳନା କେବେବି କରିବ ନାହିଁ । ତୁମର ଚେହେରା ସବୁବେଳେ ହସହସ ପ୍ରଫୁଲ୍ଲିତ ଓ ଆନନ୍ଦଦାୟକ ହେବା ଉଚିତ ।" ସେଥିପାଇଁ ଆପଣଙ୍କୁ ମଧ ବାରମ୍ବାର ହସିବା ଉଚିତ ।

ମୋର ବଡ଼ ଇଚ୍ଛା ଅଛି ଯେ, ସାଧୁ ବାସୱାନୀ ମିଶନର ଇନ୍‌ଲାକ୍ସ ଓ ବୁଧରାନୀ ହସପିଟାଲରେ ଗୋଟିଏ ହାସ୍ୟ ଗ୍ୟାଲେରୀ ନିର୍ମିତ ହେଉ, ଯେଉଁଠାରେ ରୋଗୀମାନଙ୍କୁ ମଜାଳିଆ ସିନେମା, ହାସ୍ୟ-ବ୍ୟଙ୍ଗାତ୍ମକ ପୁସ୍ତକ ଓ କାର୍ଟୁନ ପ୍ରଭୃତି ଦେଖିବାର ସୁବିଧା ମିଳୁ । ଆମେ ଏପରି ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କୁ ସେଠାକୁ ଆଣୁ, ଯେଉଁମାନେ ଜୋକ୍‌ସ ଓ ହାସ୍ୟ-କବିତା ଦ୍ୱାରା ରୋଗୀମାନଙ୍କର ମନୋରଞ୍ଜନ କରିବେ ।

ମୋର ମନେପଡୁଛି ଯେ, ଗୋଟିଏ ପବିତ୍ର ମହରମ୍ ପର୍ବରେ ମୁଁ ଇମାମବାଡ଼ା ଯାଇଥିଲି । ସେଠାରେ ଶ୍ରୀ ଆପା ନାମକ ଜଣେ ଚମତ୍କାର ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ସହିତ ଦେଖା ହେଲା । ସେ ମୋତେ କହିଲେ, "ସାଧୁ ବାସୱାନୀ ମିଶନର ଲୋକେ ବହୁତ

ବଡ଼ ସେବାକାର୍ଯ୍ୟ କରୁଛନ୍ତି । ସେମାନେ ଅନାଥ, ପଙ୍ଗୁ, ବୃଦ୍ଧ ଏବଂ ନେତ୍ରହୀନମାନଙ୍କ ଆଶ୍ରମକୁ ଯାଇ ସେମାନଙ୍କର ଆବଶ୍ୟକତା ପୂର୍ଣ୍ଣ କରୁଛନ୍ତି । ମୁଁ ମଧ୍ୟ ସାଧାରଣ ଭାବରେ ସେବା କରୁଛି ।"

ମୁଁ ପଚାରିଲି, 'ଆପଣ କ'ଣ କରୁଛନ୍ତି ?'

'ମୁଁ ଟି.ଭି. ପ୍ରୋଗ୍ରାମ୍‌ରେ ଲୋକମାନଙ୍କୁ ହସାଉଛି । ହସାଇବା ମଧ୍ୟ ଏକପ୍ରକାର ସେବା । ଆମେମାନେ ହସିବାର ପ୍ରାଚୀନ କଳାକୁ ଭୁଲିଯାଇଛେ ।'

ଚତୁର୍ଥ ଅଧ୍ୟାୟ
ରୋଗମାନଙ୍କର ଇତିହାସ ଅଧ୍ୟୟନ

ଡ଼ୋନାଲ୍ଡ଼ କ୍ୟାନ୍‌ସର ରୋଗୀ ଥିଲେ ଓ ବହୁତଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଡ଼ାକ୍ତରଖାନାରେ ଥିଲେ । ଡ଼ାକ୍ତରମାନେ ତାଙ୍କ ଅବସ୍ଥା ଦେଖି ନିରାଶ ଥିଲେ ଓ ଭଲ ହେବାର ଆଶା ଛାଡ଼ି ଦେଇଥିଲେ । ତାଙ୍କୁ ପଶ୍ଚିମ ଲସ୍‌ଏଞ୍ଜେଲସ ସ୍ଥିତ ୟୁ.ସି.ଏଲ୍.ଏ. ନ୍ୟୁରୋସାଇକ୍ରୋଟିକ୍ ସଂସ୍ଥାନକୁ ନିଆଗଲା । ସେଠାରେ ତାଙ୍କୁ ହସଖୁସି ଓ ଉତ୍ସାହର ପରିବେଶ ମଧ୍ୟରେ ରଖାଗଲା । ତାଙ୍କର ଉତ୍ସାହକୁ ସ୍ଥାୟୀ କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରାଗଲା । ତାଙ୍କୁ ଗପ, ଜୋକ୍ ଓ ମଜାଳିଆ କଥା ସବୁ କୁହାଯାଉଥାଏ । ତାଙ୍କୁ ସବୁବେଳେ ଉତ୍ସାହିତ ଓ ହସହସ ରଖାଯାଉଥିଲା । ସେହି ବ୍ୟକ୍ତି ଯାହାଙ୍କୁ ଡ଼ାକ୍ତର ଭାବୁଥିଲେ କି ଦୁଇତିନି ସପ୍ତାହରୁ ଅଧିକ ବଞ୍ଚିବେ ନାହିଁ,

ଛଅମାସ ପରେ ବହୁ ପରିମାଣରେ ଠିକ୍ ହୋଇଗଲେ ଓ ଗୋଟିଏ ବର୍ଷ ପରେ ପ୍ରାୟ ସୁସ୍ଥ ହୋଇଗଲେ ।

କ୍ୟାନ୍ସରରେ ପୀଡ଼ିତ ଜଣେ ଯୁବତୀର କାହାଣୀ ଏଠାରେ ଦିଆଯାଉଛି । ଯେତେବେଳେ ତାଙ୍କୁ ଅପରେସନ୍ ଥିଏଟରକୁ ନେବାକୁ ପ୍ରସ୍ତୁତି ଚାଲିଥାଏ, ସେ ଦେଖିଲେ ଯେ ନର୍ସମାନେ ଉଦାସ ଓ ଚିନ୍ତିତ ଦେଖାଯାଉଛନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କୁ ସେ କହିଲେ, 'ମୁଁ ଜଣିଛି ଯେ ଆପଣମାନେ କ'ଣ ଭାବୁଛନ୍ତି, ମୁଁ କିନ୍ତୁ ଆପଣଙ୍କୁ କହୁଛି ଯେ ମୁଁ ଏତେଶୀଘ୍ର ମରୁନାହିଁ । ଈଶ୍ୱର ମୋ' ପାଇଁ ଅନ୍ୟ କିଛି ଯୋଜନା କରୁଛନ୍ତି । ମୁଁ ତାଙ୍କ ସହିତ କଥା ହୋଇଛି ଓ ସେ ମୋତେ ତାହା କହିଛନ୍ତି ।' ତାଙ୍କୁ ଅପରେସନ ଥିଏଟର୍ ନିଆଗଲା ଓ ଆନାସ୍ତେସିଆ ଦ୍ୱାରା ଡ଼ାକ୍ତରମାନେ ଦେଖିଲେ କ୍ୟାନ୍ସର ଏତେ ବ୍ୟାପି ଯାଇଥିଲା ଯେ ଅପରେସନ୍‌ର କୌଣସି ଲାଭ ହେବନାହିଁ । ସେମାନେ ସଙ୍ଗେସଙ୍ଗେ ଝିଅଟିର ପେଟ ସିଲାଇ କରିଦେଲେ ।

ତାଙ୍କର ଚେତା ଫେରିବାପରେ ତାଙ୍କୁ କୁହାଗଲା କି, ସେ କେବଳ ତିନିରୁ ଛଅମାସ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବଞ୍ଚିବେ । ତାଙ୍କୁ ପରାମର୍ଶ

ଦିଆଗଲା କି ସେ ନିଜର ଜୀବନଗତି ମନ୍ଥର କରିଦେବେ ଓ ଅଧିକ ହଲଚଲ ହେବେନାହିଁ । ତାଙ୍କର ବିଶ୍ରାମ ଦରକାର ।

ସେ ଝିଅଟି କଥା ମାନିଲା ନାହିଁ, କହିଲା -- 'ସ୍ୱିଜରଲାଣ୍ଡ ଯିବାକୁ ମୋର ବହୁତ ଦିନରୁ ଇଚ୍ଛା ଅଛି । ମୋ ଜୀବନ ପଛେ ଯାଉ ମୁଁ ନିଶ୍ଚୟ ମୋ' ଇଚ୍ଛା ପୂରଣ କରିବି । ସ୍ୱିଜରଲାଣ୍ଡକୁ ଧରିତ୍ରୀର ସ୍ୱର୍ଗ କୁହାଯାଏ । ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ସ୍ୱର୍ଗ ଦେଖିବାପୂର୍ବରୁ ଧରିତ୍ରୀର ସ୍ୱର୍ଗ ଦେଖିବାକୁ ଚାହୁଁଛି ଯାହାଦ୍ୱାରାକି ମୁଁ ଦୁଇଟି ମଧ୍ୟରେ ତୁଳନା କରିପାରିବି କେଉଁଟି ଉତ୍କୃଷ୍ଟ, ତାହା ଜାଣିପାରିବି ।'

ଡ଼ାକ୍ତରମାନେ ତାଙ୍କୁ ସେଥିରୁ ନିବୃତ୍ତ ହେବାକୁ ବହୁତ ଚେଷ୍ଟା କଲେ । ସେମାନେ ତାଙ୍କୁ ଚେତାବନୀ ଦେଇ କହିଲେ ଯେ, ସ୍ୱିଜରଲାଣ୍ଡ ଯିବାର କଷ୍ଟରେ ତାଙ୍କର ମୃତ୍ୟୁ ନିଶ୍ଚିତ । ଯେତେବେଳେ ସେମାନେ ଦେଖିଲେ ଯେ ଯୁବତୀଟି ନିଜ ଜିଦରେ ଅଟଳ, ସେମାନେ କହିଲେ, "ସ୍ୱିଜରଲାଣ୍ଡର ଜଳବାୟୁ ତୁମପାଇଁ ଲାଭଦାୟକ ହୋଇପାରେ । କିନ୍ତୁ ଯାତ୍ରାରେ ଯେଉଁ କଷ୍ଟ ସେଥିରେ ତୁମ ଜୀବନ ଯାଇପାରେ ।"

ଯାତ୍ରା ଓ ଜଳବାୟୁ ଦୁଇଟିରୁ ତାଙ୍କୁ ଲାଭ ହେଲା । ଯେତେବେଳେ ସେ ଯାତ୍ରାପାଇଁ ବାହାରିଗଲେ, ସେତେବେଳେ ତାଙ୍କୁ ଚକ ଲାଗିଥିବା ଚେୟାରରେ ନିଆଯାଇଥିଲା । ଫେରିଲାବେଳକୁ ସେ ନିଜେ ଚାଲିକରି ଆସିଲେ । ତାଙ୍କର ମୁଖ ଉଜ୍ଜ୍ୱଳ ଦେଖାଯାଉଥିଲା । ଡ଼ାକ୍ତରମାନେ ଚକିତ ହୋଇ ରହିଗଲେ । ସେ ଯୁବତୀ ଆଜି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପ୍ରସନ୍ନତା ପୂର୍ବକ ଜୀବନ ଯାପନ କରୁଥିଲେ ଓ ତାହା ଏକ ଜୀବନ୍ତ ସତ୍ୟ ଯେ ଯଦି କେହି ହସଖୁସିରେ ଜୀବନଯାପନ କରେ ଓ ନିଜରୋଗ ବିଷୟରେ ଚିନ୍ତା ନକରେ, ତେବେ ସେ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ, ଶକ୍ତି, ତେଜ ଓ ଉତ୍ସାହର ସ୍ୱାମୀ ହୋଇପାରିବ ।

ସତରେ ଯଦି ଲୋକମାନେ ପ୍ରସନ୍ନ ଓ ହସମୁଖ ରହିପାରନ୍ତେ ତେବେ ଏତେସବୁ ହସପିଟାଲର କୌଣସି ଆବଶ୍ୟକତା ରହିବ ନାହିଁ ।

ପଞ୍ଚମ ଅଧ୍ୟାୟ
ଈଶ୍ୱର କ'ଣ ହସନ୍ତି ?

ଆଫ୍ରିକାର ବିଖ୍ୟାତ ହସପିଟାଲରେ ଡ଼କ୍ଟର ଏଲବର୍ଟ ସ୍ୱାଇତଜର କାମ କରୁଥିଲେ । ସେଠାକାର ଜଳବାୟୁ ଗରମ ତଥା ଆର୍ଦ୍ର ରହୁଥାଏ । ଯେଉଁ ଡ଼ାକ୍ତରମାନେ ତାଙ୍କ ସହିତ କାମ କରୁଥିଲେ ସେମାନେ ସମସ୍ତ ଇଉରୋପରୁ ଆସିଥିଲେ ଓ ସେମାନେ ସେହି ଜଳବାୟୁ ପାଇଁ ଦୁଃଖୀ ରହୁଥିଲେ । ସେଥିପାଇଁ ମଧ ସେମାନେ ବିରକ୍ତ ହେଉଥିଲେ । ନିଜ ସହଯୋଗୀମାନଙ୍କର ଉଦାସୀ ଦୂରକରିବା ପାଇଁ ସ୍ୱାଇତଜର ସେମାନଙ୍କ ଉପରେ ପ୍ରସନ୍ନତା ପଦ୍ଧତି ପ୍ରୟୋଗ କରୁଥିଲେ । ଡ଼ାକ୍ତର ଓ ନର୍ସମାନଙ୍କ ଉପରେ ସେହି ଚିକିତ୍ସା ଯାଦୁପରି କାର୍ଯ୍ୟ କରୁଥିଲା । ଏହାଦ୍ୱାରା ସେମାନଙ୍କ ମନର ଉଦାସୀ ଓ ଥଣ୍ଡା ପଡ଼ିଯାଇଥିବା ଉତ୍ସାହ ପୁଣି

ପ୍ରସନ୍ନତା ଓ ଉତ୍ସାହରେ ବଦଳି ଯାଉଥିଲା । ମାନସିକ ଉଦ୍‌ବେଗ ଦୂର ହୋଇଯାଉଥିଲା । ସମସ୍ତେ ଖାଇବା ସମୟକୁ ଅପେକ୍ଷା କରୁଥିଲେ, କାରଣ ସେହି ସମୟରେ ଡ଼କ୍ଟର ସ୍ୱାଇତଜର ଅତ୍ୟନ୍ତ ମଜ୍ଜାଳିଆ କଥା ଓ ଘଟଣା ସବୁ କହି ସେହି ଓଜନିଆ ବାତାବରଣକୁ ହାଲକା ତଥା ସୁଖକର କରି ଦେଉଥିଲେ ।

ମାନବତାର ଇତିହାସରେ ସବୁ ମହାନ୍ ଲୋକମାନେ ହାସ୍ୟ-ବିନୋଦ ପ୍ରେମୀ ଅଟନ୍ତି । ସୁକରାତ, ସନ୍ଥ ଟେରେସା, ଶ୍ରୀ ରମଣ ମହର୍ଷି, ଶ୍ରୀରାମକୃଷ୍ଣ ପରମହଂସ, ପାପା ରାମଦାସ, ମହାତ୍ମା ଗାନ୍ଧି ଓ ସାଧୁ ବାସୱାନୀ ଇତ୍ୟାଦି ସମସ୍ତଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ହାସ୍ୟ-ବିନୋଦାତ୍ମକ ପ୍ରକୃତି ପୂରି ରହିଥିଲା ।

ମହାତ୍ମାଗାନ୍ଧି ଥରେ କହିଥିଲେ -- 'ଯଦି ମୋ' ମଧ୍ୟରେ ହାସ୍ୟ-ବିନୋଦର ପ୍ରବୃତ୍ତି ନ ଥାଆନ୍ତା, ତେବେ କେବେଠାରୁ ମୁଁ ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରିସାରନ୍ତିଣି । ପାପା ରାମଦାସ କହନ୍ତି -- 'ମୋତେ ଲୁହ ଗଡ଼ାଇବାକୁ ପଡ଼ିବନାହିଁ । ମୁଁ ହସି ହସି ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ରାସ୍ତାରେ ଚାଲିଛି ।' ସାଧୁ ବାସୱାନୀଙ୍କ ହାସ୍ୟ-ବିନୋଦ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଆନନ୍ଦଦାୟକ ଓ ପ୍ରଭାବଶାଳୀ ଥିଲା, ଯାହାଦ୍ୱାରାକି ଆମେ ସମସ୍ତେ

ହସି ହସି ଗଡ଼ିଯାଉଥିଲୁ । ଦିନେ ଜଣେ ଡ଼ାକ୍ତର ତାଙ୍କ ପାଖକୁ ଆସି କହିଲେ, "ମୁଁ ଡ଼ାକ୍ତରୀପେଷା ଛାଡ଼ି ଜୀବନସାରା ଦେଶସେବା କରିବାକୁ ସ୍ଥିର କରିଛି ।"

ସାଧୁ ବାସୱାନୀ ପରେ ଆମକୁ କହିଲେ, "ଜଣା ନାହିଁ, ସେ ଡ଼ାକ୍ତରୀ ପେଷା ଛାଡୁଛନ୍ତି ନା ଏହାଙ୍କୁ ଡ଼ାକ୍ତରୀ ଛାଡ଼ିଯାଉଛି ।"

ଜଣେ ଯୁବକ ସାଧୁ ବାସୱାନୀଙ୍କ ପାଖକୁ ଆସି କହିଲା, "ଆପଣ ଈଶ୍ୱରଙ୍କ କଥା କହୁଛନ୍ତି, କିନ୍ତୁ ଈଶ୍ୱର କେଉଁଠି ଅଛନ୍ତି ? ସେ କେଉଁଠାରେ ବି ନାହାନ୍ତି ।" ସାଧୁ ବାସୱାନୀ ଯୁବକ ଜଣକୁ ସେହି କଥାକୁ ଗୋଟିଏ କାଗଜରେ ଲେଖିକରି ଦେବାକୁ କହିଲେ ।

ଯୁବକ ଜଣକ ଇଂରାଜୀରେ ଲେଖିଦେଲା, 'God is no where' । ସାଧୁ ବାସୱାନୀ ଗୋଟିଏ ପେନ୍‌ସିଲ ନେଇ ଧୀରେ w ଏବଂ h ମଝିରେ ଗୋଟିଏ ଗାର ଟାଣିଦେଲେ । ତାପରେ ଯୁବକକୁ ତାହା ପଢ଼ିବାକୁ କହିଲେ । ସେ ପଢ଼ିଲା, 'God is now here' ।

ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ସାଧୁ ବାସୱାନୀଙ୍କ ପାଖକୁ ଆସିଲେ ଓ କହିଲେ "ମୁଁ କେତେବର୍ଷ ହେବ ଲୋକଙ୍କ ସେବା କଲିଣି । ମୁଁ

ରହୁଁଛି କି ଲୋକମାନେ ମୋତେ ବିଧାନସଭାକୁ ନିର୍ବାଚନ କରନ୍ତୁ ।"

ସାଧୁ ବାସୱାନୀ ଧୀରେ ଜବାବ ଦେଲେ, "ସେବାର ପୁରସ୍କାର ଆହୁରି ଅଧିକ ସେବା କରିବା ।"

ଅସିସିର ସନ୍ଥ ଫ୍ରାନ୍‌ସିସ୍ ନିଜ ଶିଷ୍ୟମାନଙ୍କୁ 'ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ଦରବାରରେ ବିଦୂଷକ' ବୋଲି କହୁଥିଲେ ।

ସନ୍ଥ ଟେରେସାଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ହାସ୍ୟ- ବିନୋଦ ପାଇଁ ଅତି ସୁନ୍ଦର ପ୍ରବୃତ୍ତି ଥିଲା । ଦିନେ ତାଙ୍କୁ ଅନେକ ବାଟ ଚାଲିବାକୁ ପଡ଼ିଲା ଓ ସେ ଥକିଗଲେ । କେହିଜଣେ ତାଙ୍କୁ ଯାତ୍ରା କରିବାକୁ ଗୋଟିଏ ଗଧ ଦେଇଦେଲେ । ସେ ଗଧ ଉପରେ ଚଢ଼ି କିଛିଦୂର ଯାଇଛନ୍ତି କି ନାହିଁ ଗଧଟି ତଳେ ପଡ଼ିଗଲା ଓ ମରିଗଲା । ସତେ ଯେପରି କେହି ତାଙ୍କୁ କାନରେ କହିଲା, 'ଟେରେସା, ମୁଁ ମୋର ସାଙ୍ଗମାନଙ୍କ ସହିତ ଏପରି ବ୍ୟବହାର କରିଥାଏ ।' ଟେରେସା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ କହିଲେ, 'ହେ ପ୍ରଭୁ ! ସେଇଥିପାଇଁ ତ ତୁମର ଏତେ କମ୍ ସାଙ୍ଗ ଅଛନ୍ତି ।'

ଲୋକେ ମୋତେ ପଚାରନ୍ତି, 'କ'ଣ ଈଶ୍ୱର ମଧ୍ୟ ହସନ୍ତି ?'

ହଁ, ଈଶ୍ୱର ମଧ୍ୟ ହସନ୍ତି । ସେ କେବେବି ଆମର ଦୋଷ ଦୁର୍ବଳତା କିମ୍ବା ଦୁଃଖକଷ୍ଟ ଦେଖି ହସନ୍ତି ନାହିଁ । ସେ ସେହି ଅଧର୍ମୀମାନଙ୍କ ଉପରେ ହସନ୍ତି, ଯେଉଁଠି ଧର୍ମନିରପେକ୍ଷତା ନାମରେ ବିଦ୍ୟାର୍ଥୀମାନଙ୍କୁ (ଯେଉଁମାନେକି ଭବିଷ୍ୟତରେ ନିର୍ମାତା) ନାସ୍ତିକତାର ଶିକ୍ଷା ଦିଆଯାଏ । ସେ ସେତେବେଳେ ହସନ୍ତି, ଯେତେବେଳେ ଆମ ମଧ୍ୟରୁ କେହି କେହି କି ଆମେ ଈଶ୍ୱରଙ୍କୁ ଶିଖାଇ ଦେଇପାରିବୁ କିପରି ଗୋଟିଏ ଉନ୍ନତ ଦୁନିଆ ନିର୍ମାଣ କରାଯାଇ ପାରିବ ।

ଜଣେ ଧନୀଘରର ସ୍ତ୍ରୀଲୋକ ଥିଲେ । ସେ ଗର୍ବରେ କହୁଥିଲେ କି 'ଈଶ୍ୱର ଯଦି ମୋତେ ତାଙ୍କର ସେକ୍ରେଟାରୀ କରିଥାଆନ୍ତେ, ତେବେ ମୁଁ ତାଙ୍କୁ ଏକ ଉନ୍ନତତର ଓ ସୁଖୀ ଦୁନିଆ ନିର୍ମାଣ କରିବା ଶିଖାଇ ଦେଇଥାଆନ୍ତି ।' ରାମକୃଷ୍ଣ ପରମହଂସ କହିଥିଲେ, 'ଯେତେବେଳେ ଜଣେ ଡ଼ାକ୍ତର କୌଣସି ରୋଗୀକୁ ସାନ୍ତ୍ୱନା ଦେଇ କହନ୍ତି ଯେ, ତାଙ୍କ ଔଷଧ ଖାଇଲେ ରୋଗ ଭଲ

ହୋଇଯିବ, ସେତେବେଳେ ଈଶ୍ୱରଙ୍କୁ ହସ ମାଡ଼େ । ଈଶ୍ୱର ହସନ୍ତି କାରଣ ତାଙ୍କୁ ଜଣାଯାଏ ଯେ ସେହି ରାତିରେ ରୋଗୀର ମୃତ୍ୟୁ ହେବ ।'

ଈଶ୍ୱର ସେତେବେଳେ ହସନ୍ତି, ଯେତେବେଳେ ଦୁଇଭାଇ ଜମିରେ ହିଡ଼ ପକାଇ କହନ୍ତି କି, ଏ ଭାଗଟି ମୋର ଓ ସେ ଭାଗଟି ତୋର । ଈଶ୍ୱର ହସନ୍ତି କାରଣ ତାଙ୍କୁ ଜଣା ଯେ, ସାରା ସମ୍ପତ୍ତି ଧରିତ୍ରୀ ମାତାଙ୍କର ଅଟେ ।

ଷଷ୍ଠ ଅଧ୍ୟାୟ
ନଅଟି ବ୍ୟାବହାରିକ ପରାମର୍ଶ

ବ୍ୟକ୍ତି କିପରି ପ୍ରସନ୍ନଚିତ୍ତ ରହିପାରିବ, ସେ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ମୁଁ କେତେକ ବ୍ୟାବହାରିକ ପରାମର୍ଶ ଦେବାକୁ ଚାହେଁ ।

ପ୍ରସ୍ତାବ : ୧ - ସକାଳୁ ଉଠୁ ଉଠୁ ଆପଣଙ୍କ ସମ୍ମୁଖରେ ମୁଖମଣ୍ଡଳରେ ହସ ଓ ଓଠରେ ଏହି ଶବ୍ଦ ରହିବା ଦରକାର, "ହେ ଈଶ୍ୱର ! ସୁ-ପ୍ରଭାତ" ।

ଏହି ଶବ୍ଦ ଜଣେ ଆମେରିକୀୟ ବ୍ୟବସାୟୀଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଲିଖିତ ପୁସ୍ତକରେ ଅଛି । ସେ କହନ୍ତି ଯେ, ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦିନ ସକାଳୁ ଉଠିବାମାତ୍ରେ ଏହି ଶବ୍ଦ ତାଙ୍କ ଓଠରେ ଥାଏ । ଅନେକ ଦିନ ହେବ ସେ ଏହା କରୁଥାନ୍ତି ଓ ତାଙ୍କର ଦାବି ହେଲା ଯେ ଏହାଦ୍ୱାରା ତାଙ୍କ ଜୀବନରେ ଗୋଟିଏ ନୂଆ ମୋଡ଼ ଆସିଯାଇଛି ।

ପ୍ରସ୍ତାବ : ୨ - ମନେରଖ, ଯେପରି ନିଜ ଚେହେରାରେ ସବୁବେଳେ ହସ ଲାଗି ରହିଥାଏ ।

ମହାତ୍ମାଗାନ୍ଧି କହିଛନ୍ତି, "ମୁହଁରେ ହସ ବିନା କେହି ପୁରା ପୋଷାକରେ ନଥାଏ ।" ଏହା ମଧ୍ୟ କୁହାଯାଇଛି କି, ମୁହଁରେ ସ୍ମିତହସ ଥିଲେ ବନ୍ଧୁମାନେ ପାଖରେ ଥିବେ । ବିରକ୍ତିପୂର୍ଣ୍ଣ ମୁଖମଣ୍ଡଳ ଥିଲେ ମଥାରେ ରେଖାମାନ ତିଆରି ହେବେ । ନିଜକୁ ସ୍ଥିର କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ ଯେ ନିଜେ କ'ଣ ହେବାକୁ ଚାହାନ୍ତି ।

ସ୍ମିତହସ ସଂକ୍ରାମକ ଅଟେ । ଆପଣ ଯାହାଙ୍କର ସାମନାରେ ହସିବେ, ତାଙ୍କ ଚେହେରାରେ ମଧ୍ୟ ଆପେ ଆପେ ହସ ଫୁଟି ଉଠିବ । ଏଥିପାଇଁ ଆପଣ କୁଆଡ଼େ ମଧ୍ୟ ଗଲେ ହସୁଥାଆନ୍ତୁ । ଏକଥା ମନେରଖିବେ ଯେ ଆପଣଙ୍କ ହସ ମଧୁରତା ଓ ସୁନ୍ଦରତାର ପ୍ରତୀକ ଅଟେ । ଏହା ବ୍ୟଙ୍ଗ, କଟୁତା କିମ୍ବା ଗର୍ବର ପ୍ରତୀକ କେବେ ବି ନ ହେଉ ।

ପ୍ରସ୍ତାବ : ୩ - ପ୍ରତିଦିନ ଅତି କମ୍‌ରେ ତିନି ଥର ହୃଦୟ ଖୋଲି ହସ ।

ଥରେ ଜଳଖିଆ ପୂର୍ବରୁ, ଥରେ ମଧ୍ୟାହ୍ନ ଭୋଜନ ପୂର୍ବରୁ

ଓ ଆଉଥରେ ରାତ୍ରିଭୋଜନ ପୂର୍ବରୁ ମନଖୋଲା ହସ ହସିବା ଉଚିତ ।

ଯଦି ଆପଣଙ୍କୁ ହସିବାପାଇଁ କଷ୍ଟକର ବୋଧହୁଏ, ତେବେ ଆଇନା ଆଗରେ ଛିଡ଼ାହୋଇ କୌତୁକପୂର୍ଣ୍ଣ ମୁଖଭଙ୍ଗୀ କରନ୍ତୁ । ମୁଁ ଏପରି ଏକ ପରିବାରକୁ ଜାଣିଛି, ଯିଏ ଏହି ନିୟମକୁ ପାଳନ କରୁଛନ୍ତି । ରାତିରେ ଖାଇବା ପୂର୍ବରୁ ପରିବାରର ପ୍ରତ୍ୟେକ ସଦସ୍ୟ ଅନ୍ୟକୁ ହସାଇବା ପରି କିଛି ନା କିଛି କଥା କହିଥାଏ । ଏହାପରେ ସମସ୍ତେ ଖାଇବା ଆରମ୍ଭ କରନ୍ତି ।

ପ୍ରସ୍ତାବ : ୪ - ନିଜ ଭିତରେ ହାସ୍ୟ-ପ୍ରବୃତ୍ତିର ବିକାଶ କରନ୍ତୁ ।

ହାସ୍ୟ ପ୍ରବୃତ୍ତି ଆପଣଙ୍କୁ ଅନେକ କଠିନ ପରିସ୍ଥିତିରୁ ରକ୍ଷା କରିପାରିବ । ଦୁଇଜଣ ଆମେରିକୀୟ ସିନେଟର କୌଣସି ବିବାଦରେ ଲିପ୍ତ ହୋଇଯାଇଥିଲେ । ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ଜଣେ ଢେଙ୍ଗା ଓ ତଗଡ଼ା ଥିଲା, ଅନ୍ୟଜଣକ ଛୋଟା ଓ ଦୁର୍ବଳ ଶରୀର ଥିଲା । ହଠାତ୍ ପ୍ରଥମ ସିନେଟରକୁ ରାଗ ଆସିଗଲା, ସେ ଅନ୍ୟଜଣକୁ କହିଲା, "ଯଦି ମୁଁ ଚାହିଁବି ତେବେ ତୋତେ ଗିଳିଦେବି ।"

ଅନ୍ୟଜଣକ ମୁରୁକି ହସି କହିଲା, 'ତୁ ଯଦି ଏହା କରୁ, ତେବେ ତୋ ମୁଣ୍ଡ ଅପେକ୍ଷା ପେଟରେ ବହୁତ ବୁଦ୍ଧି ହୋଇଯିବ ।'

ଦୁଇଜଣ ବ୍ୟକ୍ତି ଗୋଟିଏ ଗଳି ରାସ୍ତାରେ ସାମନା ସାମନି ଆସୁଥିବାବେଳେ ଗୋଟିଏ ଜାଗାରେ ଅଟକି ଗଲେ । ଗଳିଟି ଏତେ ଛୋଟ ଥିଲା ଯେ, ଦୁଇଜଣଯାକ ଏକ ସଙ୍ଗରେ ବାହାରିବା ମୁସ୍କିଲ ଥିଲା । ଜଣେ ଅନ୍ୟକୁ ରୁକ୍ଷ ସ୍ୱରରେ କହିଲା, "ମୋତେ ଯିବାକୁ ଦିଅ ।" ଅନ୍ୟଜଣକ ନମ୍ର ଭାବରେ ଜବାବ ଦେଲା, "ମୁଁ ମଧ୍ୟ ତୁମକୁ ଏହିକଥା କହିବାକୁ ଚାହୁଁଛି ।"

ପ୍ରଥମ ଜଣକ ଚିହିଙ୍କିକରି କହିଲା, 'ମୁଁ ମୂର୍ଖମାନଙ୍କୁ ରାସ୍ତା ଛାଡ଼େନାହିଁ ।'

ଦ୍ୱିତୀୟ ବ୍ୟକ୍ତି ଚୁପ୍‌ଚାପ୍ ରାସ୍ତାରେ ଗୋଟିଏ ପାଖକୁ ଚାଲିଯାଇ କହିଲା, "ମୁଁ କିନ୍ତୁ ମୂର୍ଖମାନଙ୍କୁ ରାସ୍ତା ଛାଡ଼ିଦିଏ ।"

ବର୍ଣ୍ଣାଡ଼୍ ଶ'ଙ୍କ ବିଷୟରେ ଗୋଟିଏ ଗପ ଶୁଣାଯାଏକି, ଦିନେ ଜଣେ ସୁନ୍ଦର ସ୍ତ୍ରୀଲୋକ ତାଙ୍କୁ ଦେଖାକଲେ ଓ କହିଲେ, "ଆପଣ ଦୁନିଆର ସବୁଠାରୁ ବୁଦ୍ଧିମାନ୍ ପୁରୁଷ ଓ ମୁଁ ସମସ୍ତଙ୍କଠାରୁ ସୁନ୍ଦରୀ ନାରୀ । ଆମର ବିବାହ ହୋଇଗଲେ ଆମର ସନ୍ତାନ ସର୍ବଗୁଣସମ୍ପନ୍ନ ହେବ ।"

ବର୍ଣ୍ଣାଡ଼ ଶ' ଜବାବ ଦେଲେ, "କିନ୍ତୁ କଳ୍ପନା କର, ଯଦି ପିଲାର ବୁଦ୍ଧି ତୁମପରି ଓ ଚେହେରା ମୋ'ପରି ହେଲା, ତେବେ କି ଅବସ୍ଥା ହେବ ।"

ବର୍ଣ୍ଣାଡ଼ ଶ'ଙ୍କ ବିଷୟରେ ଆଉ ଗୋଟିଏ ମଜାକଥା ଅଛି । ସେ ଢେ଼ଙ୍ଗା ଓ ପତଳା ଥିଲେ ଏବଂ ଜି.କେ.ଚେଷ୍ଟରଟନ୍ ଗେଡ଼ା ଓ ମୋଟାବ୍ୟକ୍ତି ଥିଲେ । ଥରେ ଯେତେବେଳେ ଦୁହେଁ ମୁହାଁମୁହିଁ ଭେଟ ହୋଇଗଲେ, ଚେଷ୍ଟରଟନ୍ ହସି ହସି ବର୍ଣ୍ଣାଡ଼ ଶ'ଙ୍କୁ କହିଲେ - 'ଯଦି ଲୋକେ ତୁମକୁ ଦେଖିବେ, ଭାବିବେ କି ଇଂଲଣ୍ଡରେ ଅକାଳ ପଡ଼ିଯାଇଛି ।' ବର୍ଣ୍ଣାଡ଼ ଶ' ମଜାରେ କହିଲେ, 'ଏବଂ ଯଦି ତୁମକୁ ଦେଖିବେ ତେବେ ଅକାଳର କାରଣ ଜାଣିଯିବେ ।'

ମାର୍କ ଟ୍ୱାଇନ ବହୁତ ମଜାଳିଆ ସ୍ୱଭାବର ଥିଲେ । ସେ ଥରେ କୌଣସି ବିଶିଷ୍ଟ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ଭାଷଣ ଶୁଣିବାକୁ ଯାଇଥିଲେ । ଭାଷଣ ସରିବାପରେ ସେ ତାଙ୍କ ପାଖକୁ ଯାଇ ତାଙ୍କର ପ୍ରଶଂସାକରି କହିଲେ, "ମହାଶୟ ! ଆପଣଙ୍କ ଭାଷଣ ବହୁତ ଭଲ ଥିଲା । କିନ୍ତୁ ବିଶ୍ୱାସ କରନ୍ତୁ ଆପଣ ଯାହାକିଛି କହିଲେ, ତାର ପ୍ରତ୍ୟେକ ଶବ୍ଦ ଗୋଟିଏ ବହିରେ ଅଛି ।"

ସେ ବକ୍ତାଜଣକ ଏପରି ମଜାଳିଆ ସ୍ୱଭାବର ନଥିଲେ । ସ୍ୱାଭାବିକ ଭାବରେ ତାଙ୍କୁ ରାଗ ଲାଗିଲା ।

ସେ ରାଗିଯାଇ ପଚାରିଲେ, 'ତୁମର କହିବାର ମାନେ ହେଲାଯେ ମୁଁ ଅନ୍ୟ କାହାର ଭାଷଣ ଚୋରିକରି ଏଠାରେ କହିଛି ।" ମାର୍କ ଟ୍ୱାଇନ୍ ଦୁଷ୍ଟାମୀ ଭଙ୍ଗୀରେ କହିଲେ, 'ମୋ' କହିବାର ଅର୍ଥ ତାହା ନଥିଲା ।'

ବକ୍ତାଜଣକ ଆହୁରି କ୍ରୋଧିତ ହୋଇ କହିଲେ, "ମୁଁ ସେହି ବହି ଦେଖିବାକୁ ଚାହୁଁଛି ।"

ମାର୍କ ଟ୍ୱାଇନ୍ କହିଲେ, 'ମୁଁ ଶୀଘ୍ର ସେ ବହିଟି ଆପଣଙ୍କ ପାଖକୁ ପଠାଇଦେବି ।' ଘରକୁ ଯାଇ ବକ୍ତାଙ୍କର ମନ ବଡ଼ ବିଚଳିତ ଥିଲା । ସେ ବହିଟି ତାଙ୍କ ପାଖରେ ନ ପହଞ୍ଚିବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସେ ବିଚଳିତ ଥିଲେ । ଶେଷରେ ଯେତେବେଳେ ବହିଟି ତାଙ୍କୁ ମିଳିଲା, ତାହା ଦେଖି ସେ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ହୋଇଗଲେ କାରଣ ତାହା ଗୋଟିଏ ଶବ୍ଦକୋଷ ଥିଲା ।

ପ୍ରସ୍ତାବ : ୫- ନିଜ ଉପରେ ହସିବା ଶିଖନ୍ତୁ ।

ଆମେ ସାଧାରଣତଃ ଅନ୍ୟର ବେଢ଼ଙ୍ଗ ବ୍ୟବହାର ଓ

ଦୁର୍ବଳତା ଉପରେ ହସିଥାଉ କିନ୍ତୁ ନିଜ ଉପରେ ନୁହେଁ । ଆମେ ନିଜେ ନିଜ ଉପରେ ହସିବା ଶିଖିବା ଉଚିତ । କୁହାଯାଇଛି ଯେ, ଏପରି ବ୍ୟକ୍ତି ସାଙ୍ଗରେ ରହିବା ବଡ଼ ଆନନ୍ଦଦାୟକ, ଯିଏକି ନିଜ ଉପରେ ହସିବା ଜାଣିଛି । ସେ ନିଜର ଦୁର୍ଗୁଣ ଓ ଦୁର୍ବଳତା ଉପରେ ହସର ମଲମ ଲଗାଇଥାଆନ୍ତି ।

ବିଶପ୍ ଫଲଟନ୍ ସିନ ନିଜ ଜୀବନର ଗୋଟିଏ ଘଟଣା ଉତ୍ସାହପୂର୍ବକ ଶୁଣାନ୍ତି । ଦିନେ ସେ ଗୋଟିଏ ନୂଆ ସହରରେ ପହଞ୍ଚିଲେ । ସେଠାକାର ଟାଉନହଲ୍‌ଠାରେ ତାଙ୍କର ଭାଷଣ ଦେବାର ଥିଲା । ସେ ଟାଉନ୍‌ହଲ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପାଦରେ ଚାଲିକରି ଯିବାକୁ ସ୍ଥିରକଲେ ଓ ସେଥିପାଇଁ ହୋଟେଲ୍‌ରୁ ଶୀଘ୍ର ବାହାରି ପଡ଼ିଲେ । ସହରରେ ନୂଆ ହୋଇଥିବାରୁ ସେ ରାସ୍ତା ଭୁଲିଗଲେ । ନିକଟରେ ଖେଳୁଥିବା ପିଲାମାନଙ୍କ ପାଖକୁ ଯାଇ ପଚାରିଲେ, 'ତୁମେମାନେ ଟାଉନ୍‌ହଲକୁ ରାସ୍ତା କହିପାରିବ କି ?' ଗୋଟିଏ ପିଲା ଆଗେଇ ଆସି ତାଙ୍କୁ ରାସ୍ତା ବତାଇ ଦେଲାପରେ ପଚାରିଲା, 'ଆପଣ ଟାଉନ୍‌ହଲ କ'ଣ ପାଇଁ ଯାଉଛନ୍ତି ?'

ବିଶପ୍ କହିଲେ, 'ଭାଷଣ ଦେବାକୁ ଯାଉଛି ।'

ପିଲାଟି ପୁଣି ପଚାରିଲା, 'କେଉଁ ବିଷୟରେ ଭାଷଣ ଦେବେ ?'

ବିଶପ୍ ଜବାବ ଦେଲେ, 'ସ୍ୱର୍ଗକୁ ଯିବାର ବାଟ ।'

ପିଲାଟି ହସରେ ଫାଟିପଡ଼ି କହିଲା, 'ଆପଣଙ୍କୁ ତ ଟାଉନ୍‌ହଲ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଯିବାକୁ ବାଟ ମାଲୁମ ନାହିଁ, ଆପଣ ଲୋକମାନଙ୍କୁ ସ୍ୱର୍ଗକୁ ରାସ୍ତା କ'ଣ ବତାଇବେ ?'

ଆମ ମଧ୍ୟରୁ କେତେକ ଲୋକ ଭାବୁଛନ୍ତି କି, ଆମେ ସବୁ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ କିନ୍ତୁ ଆମ ସମସ୍ତଙ୍କଠାରେ କିଛି ନା କିଛି ଏପରି ଦୁର୍ବଳତା ଅଛି ଯାହା ଉପରେ ଖୋଲିକରି ହସିପାରିବା ।

ମହାନ୍ ଶିଳ୍ପୀ ଡ଼ାନିଏଲ୍ ଚେଷ୍ଟର, ଇମରସନଙ୍କ ପ୍ରତିମୂର୍ତ୍ତି ତିଆରି କରିଥିଲେ । ଯେତେବେଳେ ସେ ମୂର୍ତ୍ତି ତିଆରି ହେଉଥିଲା, ସେତେବେଳେ ଇମରସନଙ୍କୁ ସାମନାରେ ବସିବାକୁ ପଡୁଥିଲା । ଦିନେ ମୂର୍ତ୍ତି ଆଡ଼କୁ ଦେଖି ଇମରସନ କହିଲେ, 'ଏହି ମୂର୍ତ୍ତି ଯେତିକି ଯେତିକି ମୋ' ଚେହେରା ସହିତ ମିଳୁଛି ସେତିକି ଭୟଙ୍କର ହୋଇଯାଉଛି ।'

ପ୍ରସ୍ତାବ : ୬ - ସବୁବେଳେ ଜୀବନର ଉଜ୍ଜ୍ୱଳ ଦିଗକୁ ଦେଖନ୍ତୁ ।

ସବୁ ଜିନିଷର ଦୁଇଟି ପାଖ ଥାଏ, ଗୋଟିଏ ଉଜ୍ଜ୍ୱଳ ଓ ଅନ୍ୟଟି ଅନ୍ଧକାର । ଏହା କହିବା ଉଚିତ ଯେ ଗୋଟିଏ ଉଜ୍ଜ୍ୱଳ ଓ ଅନ୍ୟଟି କମ୍ ଉଜ୍ଜ୍ୱଳ ।

ଜଣେ ରାଜା ସ୍ୱପ୍ନରେ ଦେଖିଲେ କି, ତାଙ୍କର ସବୁ ଦାନ୍ତ ଭାଙ୍ଗିଯାଇଛି, ସେ ଏହି ସ୍ୱପ୍ନର ଅର୍ଥ ଜାଣିବାକୁ ଚାହିଁଲେ । ଜଣେ ସ୍ୱପ୍ନ ବିଜ୍ଞାନୀଙ୍କୁ ଡ଼କାଗଲା । ସେ ଶାସ୍ତ୍ର ଅଧ୍ୟୟନ କରି ରାଜାଙ୍କୁ କହିଲେ, "ହେ ରାଜନ୍ ! ଏହା ଗୋଟିଏ ବଡ଼ ଅଶୁଭ ସ୍ୱପ୍ନ ଅଟେ । ଏହାର ଅର୍ଥ ହେଲା ଯେ ଆପଣଙ୍କ ଜୀବନକାଳ ସମୟରେ ହିଁ ଆପଣଙ୍କ ପିଲାମାନେ, ପତ୍ନୀ, ସମ୍ପର୍କୀୟ ସମସ୍ତେ ମରିଯିବେ ।'

ରାଜା ବଡ଼ ଦୁଃଖୀତ ହେଲେ ଓ ସ୍ୱପ୍ନ ବିଜ୍ଞାନୀକୁ ଜେଲ ଦଣ୍ଡ ଦେବାକୁ ଆଦେଶ ଦେଲେ ।

ଅନ୍ୟଜଣେ ସ୍ୱପ୍ନବିଜ୍ଞାନୀକୁ ଡ଼କାଗଲା । ସେ ମଧ୍ୟ ସେହି ଶାସ୍ତ୍ରକୁ ଅଧ୍ୟୟନ କରି କହିଲା, 'ହେ ରାଜନ୍ ! ଏ ତ ବଡ଼ ଶୁଭ

ସ୍ୱପ୍ନ ଅଟେ । ଏହି ସ୍ୱପ୍ନ କହୁଛି କି, ଆପଣଙ୍କ ବୟସ ଆପଣଙ୍କ ସମସ୍ତ ପ୍ରିୟଜନଙ୍କ ବୟସଠାରୁ ଅଧିକ । ଆମର ରାଜା ଚିରଞ୍ଜିବୀ ହୁଅନ୍ତୁ ।' ରାଜା ବହୁତ ଖୁସିହେଲେ ଓ ସେ ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ବହୁତ କିଛି ପୁରସ୍କାର ଦେଲେ ।

ଦୁଇଜଣଙ୍କର କଥାର ଗୋଟିଏ ଅର୍ଥ ହେଲା କିନ୍ତୁ ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ କଥା ହେଲା ଯେ ଆପଣ ତାକୁ କିପରି କହୁଛନ୍ତି କିମ୍ବା କେଉଁ ଦୃଷ୍ଟିରେ ଦେଖୁଛନ୍ତି ।

ପ୍ରସ୍ତାବ : ୭ – ବିଶ୍ୱାସ ରଖନ୍ତୁ ଯେ, ଈଶ୍ୱର ସମସ୍ତ ଜଗତର ଧର୍ତ୍ତା-କର୍ତ୍ତା ଅଟନ୍ତି ।

ସେ ସବୁ ବ୍ୟକ୍ତି ଓ ରାଷ୍ଟ୍ରର ବିଧାତା, ତେଣୁ କିଛି ଅସୁବିଧା ହେବନାହିଁ ।

ଆମ ସହିତ ଏପରି ଅନେକ ଘଟଣା ଘଟେ, ଯାହାର କାରଣ ଆମକୁ ଜଣାଯାଇ ନଥାଏ । ଆମର ପ୍ରିୟଜନ ହଠାତ୍ ଆମକୁ ଛାଡ଼ି ଚାଲିଯାଆନ୍ତି । ଭାଗ୍ୟ ଆମ ସାଥୀ ଦିଏନାହିଁ । ଆମ ଉପରେ ଆକାଶ ଛିଡ଼ିପଡ଼େ । ଆର୍ଥିକ କ୍ଷତି ଆମକୁ ବରବାଦ କରିଦିଏ । ଯଦି ଆମେ ଏହି ବିଶ୍ୱାସ ରଖିବା କି ଈଶ୍ୱର ଆମକୁ

ଏତେ ଭଲ ପାଆନ୍ତି ଯେ, ସେ କେବେବି ଆମକୁ ଦଣ୍ଡ ଦେବେ ନାହିଁ ଓ ସେ ଏତେ ବୁଦ୍ଧିମାନ୍ ଯେ କେବେବି ଭୁଲ କରିବେ ନାହିଁ, ତେବେ ଆମେ ବିଚଳିତ ହେବା ନାହିଁ । ବିଶ୍ୱାସରୁ ସାହସ ଜନ୍ମ ନିଏ ଓ ସାହାସୀ ବ୍ୟକ୍ତି କେବେବି ହାର ମାନେନାହିଁ ।

ପ୍ରସ୍ତାବ : ୮ - ନିଜ ଜୀବନର ଚାଳକ ନିଜେ ହୁଅନ୍ତୁ ।

ନିଜ ଜୀବନରେ ଡ଼ୋରି ଆଉ କାହା ହାତରେ ଦିଅନ୍ତୁ ନାହିଁ । ନିଜର ମାଲିକ ନିଜେ ହୁଅନ୍ତୁ । ଅନେକ ଲୋକଙ୍କ ବ୍ୟବହାର ଆପଣଙ୍କୁ କଷ୍ଟ ଦେଇଥାଏ ଓ ଆପଣ ଅପମାନିତ ବୋଧ କରନ୍ତି । ବିଚଳିତ ଓ ଦୁଃଖୀ ହୋଇ ଆପଣ ନିଜର ଜୀବନର ଚାବିକାଠି ଅନ୍ୟର ହାତରେ ଦେଇ ଦିଅନ୍ତି । ଆପଣ ତାଙ୍କୁ ଆପଣଙ୍କର ମାଲିକ ହେବାକୁ ଛାଡ଼ି ଦିଅନ୍ତି ।

ଜର୍ଜ ୱାଶିଂଟନ୍‌ଙ୍କ କହିବା କଥା ହେଲା କି, "ମୁଁ କାହାକୁ କେବେବି ମୋତେ ଏତେ ଅପମାନିତ କରିବାକୁ ଦେବିନାହିଁ । ଯାହାଫଳରେ ମୁଁ ତାକୁ ଘୃଣା କରିବା ଆରମ୍ଭ କରେ ।"

ପ୍ରସ୍ତାବ : ୯ - ଯଦି ଆପଣ ପ୍ରସନ୍ନ ରହିବା ଚାହୁଁଛନ୍ତି ତେବେ ଅନ୍ୟଙ୍କୁ ପ୍ରସନ୍ନ କରନ୍ତୁ ।

ଯେଉଁ ଖୁସି ଆପଣଙ୍କ ପାଖରୁ ଅନ୍ୟପାଖକୁ ଯାଏ, ସେ ଖୁସି ଆପଣଙ୍କ ପାଖକୁ ଫେରିଆସେ । ଏହାହିଁ ଜୀବନର ନିୟମ । ସେଥିପାଇଁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦିନ ଗୋଟିଏ ସେବାର ଶୁଭକାର୍ଯ୍ୟ ନିଶ୍ଚୟ କରନ୍ତୁ ।

ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ମୋତେ ଦେଖାକରି କହିଲେ, "ମୁଁ ଜଣେ ନିର୍ଧନ ବ୍ୟକ୍ତି, ତେଣୁ କୌଣସି ଅଭାବୀ ଲୋକଙ୍କୁ ପଇସା କିମ୍ୱା ଅନ୍ୟ କିଛି ମୁଁ ଦେଇପାରେ ନାହିଁ । ମୁଁ ଖବରକାଗଜ ଓ ପତ୍ରିକାମାନଙ୍କରୁ କାର୍ଟୁନ, ହସୁଥିବା ଚେହେରାର ଫଟୋ ଓ ମଜାକଥା ସବୁ କାଟିକରି ଗୋଟିଏ ଆଲବମ୍‌ରେ ରଖିଛି । ସବୁଦିନ ସନ୍ଧ୍ୟାବେଳେ ସରକାରୀ ଡ଼ାକ୍ତରଖାନାର ଶିଶୁବିଭାଗ ୱାର୍ଡ଼କୁ ସେହି ଆଲବମ୍ ନେଇଯାଏ । ମୁଁ ସେଠାରେ ପିଲାମାନଙ୍କୁ କିଛି ମଜାଳିଆ କଥା ପଢ଼ିକରି ଶୁଣାଏ ଓ ଆଲବମ୍‌ର କାର୍ଟୁନ ଓ ଆନନ୍ଦଦାୟକ ଫଟୋ ସବୁ ଦେଖାଏ । ଦୁଃଖ ଓ କଷ୍ଟରେ ପୀଡ଼ିତ ପିଲାମାନେ ହସିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କରନ୍ତି । ମଜାଳିଆ ଫଟୋସବୁ ଦେଖି ସେ

କିଛି ସମୟ ପାଇଁ ନିଜର କଷ୍ଟ ଭୁଲି ଯାଆନ୍ତି ଓ ସେମାନଙ୍କ ମୁହଁରେ ହସ ଫୁଟିଉଠେ । କେତେକ ତ ଠୋ ଠୋ ହୋଇ ହସନ୍ତି । ସେ କିଛି ସମୟ ପାଇଁ ନିଜ ବେମାରୀ ଭୁଲି ଯାଆନ୍ତି ଓ ସେମାନଙ୍କ ଆଖିରେ ଚମକ ଦେଖାଦିଏ । ସେମାନେ ପ୍ରତିଦିନ ମୋ ଆସିବାକୁ ଋହିଁ ବସିଥାଆନ୍ତି ।"

ସପ୍ତମ ଅଧ୍ୟାୟ

ସୈତାନର ହତିଆର

ଜଣେ ବୌଦ୍ଧଭିକ୍ଷୁଙ୍କ ହୃଦୟସ୍ପର୍ଶୀ କାହାଣୀ ।

ପୂର୍ବରୁ ସେ ଜଣେ ଧନୀ ଲୋକର ପୁତ୍ର ଥିଲେ ଓ ବଡ଼ ମହଲରେ ରହୁଥିଲେ । ମହାତ୍ମା ବୁଦ୍ଧଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରଭାବିତ ହୋଇ ନିଜର ଧନସମ୍ପତ୍ତି ଓ ଆରାମ ଜୀବନ ତ୍ୟାଗକରି ଏକ ଯୋଗୀର କଠିନ ଜୀବନ ଗ୍ରହଣ କଲେ । ସେ ଚଟାଣରେ ଶୋଉଥିଲେ ଓ ଭିକ୍ଷାରେ ଯାହା ମିଳୁଥିଲା ତାହା ଖାଉଥିଲେ । ଦିନେ ତାଙ୍କର ଆଣ୍ଠୁଗଣ୍ଠିରେ ଯନ୍ତଣା ଆରମ୍ଭ ହେଲା । ପ୍ରଥମେ ପ୍ରଥମେ ସେ ତାହା ଉପରେ ଧ୍ୟାନ ଦେଇ ନଥିଲେ । ଦିନ ଗଡ଼ିବାକୁ ଲାଗିଲା, ତଥାପି ଯନ୍ତଣା କମିଲା ନାହିଁ । ଏବେ ସେ ସହଜରେ ଚାଲିପାରୁ ନଥିଲେ । କେବେ କେବେ ସେ ଠିକ୍ ଭାବରେ ଧ୍ୟାନରେ ମଧ୍ୟ

ବସି ପାରୁନଥିଲେ । ସେ ଦୁଃଖୀତ ଥିଲେ । ତାଙ୍କ ଜୀବନରେ ଖୁସିର ସମାପ୍ତି ହୋଇଗଲା । ସେ ବହୁତ ଚେଷ୍ଟା କଲେ, ତଥାପି ପୂର୍ବପରି ଶାନ୍ତି ମିଳିଲା ନାହିଁ ।

ଦିନେ ସେ ଗୋଟିଏ ଛୋଟିଆ ଝିଅକୁ ତାର ସାଙ୍ଗମାନଙ୍କ ସହିତ ଖେଳୁଥିବାର ଦେଖିଲେ । ସେ ଝିଅଟି ଆଶାବାଡ଼ି ସାହାଯ୍ୟରେ ଚାଲୁଥିଲା, ତଥାପି ତାର ଚେହେରା ଖୁସିରେ ଉଛୁଳି ପଡୁଥିଲା । ସେ ଏପରି ଲାଗୁଥିଲା କି ସତେ ଯେପରି ସମୁଦ୍ରରେ କୌଣସି ଲହରୀ ନାଚୁଛି । ତାକୁ ଦେଖି ଭିକ୍ଷୁ ନିଜେ ଲଜ୍ଜିତ ହେଲେ । ସେ ଭାବିଲେ, 'ଏହି ଝିଅଟିର ଗୋଟିଏ ମାତ୍ର ଗୋଡ଼ ଅଛି ତଥାପି ସେ ଏତେ ଖୁସି ଅଛି ଓ ମୁଁ ମହାତ୍ମା ବୁଦ୍ଧଙ୍କର ଶିଷ୍ୟହୋଇ ମଧ ସାମାନ୍ୟ ଯନ୍ତ୍ରଣାରେ ଏତେ ଦୁଃଖୀ ହୋଇଯାଇଛି !'

ଆମର ଉଦାସ ଭାବ ଆମ ସହିତ ଘଟିଥିବା ଘଟଣା ଯୋଗୁଁ ନୁହେଁ ବରଂ ଆମ ଭିତରେ ହେଉଥିବା ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ଯୋଗୁଁ ହୋଇଥାଏ ।

ଅଲିଭର କ୍ରମୱେଲଙ୍କ କଥା ବଡ଼ ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଅଟେ । ସେ ପ୍ରାୟ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦିନ ବିପଦ ଓ ଅସୁବିଧାର ସାମନା କରୁଥିଲେ

ଓ ଏହାସତ୍ତ୍ୱେ ସେ କହିଥିଲେ, "ମୁଁ ଈଶ୍ୱରଙ୍କୁ ଧନ୍ୟବାଦ ଦେଉଛି କାରଣ ସେ ମୋତେ ଅସୁବିଧା ସହିବାର ଶକ୍ତି ଦେଇଛନ୍ତି । ଯେତେବେଳେ ମୁଁ ତାଙ୍କ ଉପରେ ବିଶ୍ୱାସ କରିଛି ସେତେବେଳେ ସେ ମୋ' ସାଙ୍ଗରେ ଅଛନ୍ତି ।" ଯଦି ଆମେ ଯେ କୌଣସି ପରିସ୍ଥିତିରେ ମଧ୍ୟ ତାଙ୍କ ଉପରେ ଭରସା କରିବା ଶିଖିଯିବା, ତେବେ କୌଣସି ପ୍ରକାର ନିରାଶା କିମ୍ବା ଉଦାସୀ ଆମକୁ ଛୁଇଁ ପାରିବ ନାହିଁ ।

ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ଜୀବନ ଜିଇଁବାର କଳା ଶିଖିଯାଏ, ସେ ନିଜ ଜୀବନର କଷ୍ଟ ଓ ଦୁଃଖରୁ ଶକ୍ତି ଗ୍ରହଣ କରେ, ଯାହାଦ୍ୱାରା କି ସେ ଈଶ୍ୱର ଓ ପୀଡ଼ିତ ମାନବତାର ସେବା କରିପାରିବ । ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ସ୍ୱଭାବରେ ହସମୁଖ, ତାଙ୍କ ଆଗରେ ଅସୁବିଧା ଓ ନିରାଶ ଠିଆହୋଇ ପାରିବ ନାହିଁ । ନିମ୍ନରେ ଦିଆଯାଇଥିବା ଏକ ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ କାହାଣୀରେ କୁହାଯାଇଛି ଯେ, କିପରି ଗୋଟିଏ ସୈତାନ୍ ଘୋଷଣା କରି କହିଲା ଯେ ସେ ନିଜର ଧନ୍ଦା ଛାଡ଼ିଦେଇଛି ଓ ନିଜର ସମସ୍ତ ହତିଆର କମ୍ ଦାମ୍‌ରେ ବିକିବାକୁ ଯାଉଛି ।

ତାର ସମସ୍ତ ହତିଆର ସବୁ ବଡ଼ ଆକର୍ଷକ ଭାବରେ ସଜାଇ ରଖାଗଲା । ସେ ସବୁ ହତିଆର ଥିଲା, ସ୍ୱାର୍ଥ, ଅହଙ୍କାର,

କାମନା, ଘୃଣା, ଶତ୍ରୁତା, ଲାଳସା, ଦ୍ୱେଷ, ଈର୍ଷା, କ୍ଷମତାଲୋଭ ଇତ୍ୟାଦି । ତାହା ମଧ୍ୟରେ ଗୋଟିଏ ହତିଆର ଥିଲା, ଯାହା ବେଶୀ ଦଗୁଡ଼ା ଓ ପୁରୁଣା ହୋଇଯାଇଥିଲା । କେହି ଜଣେ ପଚାରିଲେ, "ଏଇଟି କ'ଣ ?"

ସୈତାନ୍ ଜବାବ ଦେଲା, "ଏ ହେଲା ନିରାଶା ଓ ଅବସାଦ ।" ପୁଣି ପଚାରିଲେ, 'ଏହାର ଦାମ ଏତେ ଅଧିକ କାହିଁକି ?'

ସୈତାନ କହିଲା, 'କାରଣ ମୋ' ପାଇଁ ଏଇଟି ସବୁଠାରୁ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ବୋଲି ପ୍ରମାଣିତ ହୋଇଛି । ଯେତେବେଳେ ଅନ୍ୟସବୁ ଅସ୍ତ୍ର ବେକାର ହୋଇଯାଏ, କେବଳ ଏହି ଗୋଟିଏ ଅସ୍ତ୍ର ସାହାଯ୍ୟରେ ମୁଁ ମଣିଷର ହୃଦୟରେ ପ୍ରବେଶ କରି ନିଜର କାମ ହାସଲ କରିଥାଏ । ଯଦି ମୁଁ କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ଦୁଃଖୀ ଓ ଅବସାଦଗ୍ରସ୍ତ କରିବାରେ ସଫଳ ହୋଇଯାଏ, ତେବେ ତା' ପାଖରୁ ମୋ'ଇଚ୍ଛା ମୁତାବକ କାର୍ଯ୍ୟ ହାସଲ କରିନେଇପାରେ । ଏହି ଅସ୍ତ୍ର ମୁଁ ପ୍ରାୟ ସବୁ ଲୋକଙ୍କ ଉପରେ ପ୍ରୟୋଗ କରେ । ସେଥିପାଇଁ ଏହା ଏତେ ପୁରୁଣା ଦଗୁଡ଼ା ହୋଇଯାଇଛି ।' ଏକଥା ସତଯେ, ସୈତାନ୍‌ର ଦୁଇଟି ମୁଖ୍ୟ ଚାଲ ଅଛି । ପ୍ରଥମଟି ହେଲା, ଆମକୁ

ହତୋତ୍ସାହିତ କରିବା । ଏହାଦ୍ୱାରା କମ୍ ସମୟପାଇଁ ହେଲେ ମଧ ଆମେ କାହାର ସେବାକରିପାରିବା ନାହିଁ ଓ ପରାଜିତ ଅନୁଭବ କରିବା ।

ଦ୍ୱିତୀୟଟି ହେଲା ଆମ ଭିତରେ ସନ୍ଦେହ ଜାତ କରିବା । ଏହି ଭାବରେ ଆମେ ବିଶ୍ୱାସର ଯେଉଁ ଡ଼ୋରି ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ସହିତ ଆମକୁ ବାନ୍ଧି ରଖିଥାଏ, ତାହା ଛାଡ଼ିଯାଏ । ସାବଧାନ ରୁହନ୍ତୁ ଯେ ସୈତାନ୍‌ର କୌଣସି ଛଳରେ ମଧ ପଡ଼ନ୍ତୁ ନାହିଁ । ସବୁ ସମୟରେ ହସଖୁସିରେ ରହନ୍ତୁ । ଏହି ପ୍ରକାର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ, ପ୍ରସନ୍ନତା, ମିଳାମିଶା, ସାମଞ୍ଜସ୍ୟ, ସମ୍ପନ୍ନତା ଓ ଶାନ୍ତିମାର୍ଗରେ ଆଗକୁ ବଢ଼ିଚାଲନ୍ତୁ ।

ଥରେ କେହି ଜଣେ ମୋତେ ପଚାରିଲେ, 'ପାଞ୍ଚ ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ମଧରୁ କେଉଁ ଇନ୍ଦ୍ରିୟଟି ସବୁଠାରୁ ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ?'

ମୁଁ କହିଲି, "ସବୁଠାରୁ ଷଷ୍ଠ ଇନ୍ଦ୍ରିୟଟି ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଅର୍ଥାତ୍ ହାସ୍ୟ ପ୍ରବୃତ୍ତି ।"

ସବୁବେଳେ ହସୁଥାଆନ୍ତୁ
(ଦାଦା ଜେ.ପି. ବାସୱାନୀଙ୍କ ସହିତ ଏକ ପ୍ରଶ୍ନୋତ୍ତର ଅଧିବେଶନ)

ଏହା ହେଲା ଦାଦା ଜେ.ପି. ବାସୱାନୀଙ୍କ ସହିତ ଗୋଟିଏ ପ୍ରଶ୍ନୋତ୍ତର ଅଧିବେଶନ ।

ଆସନ୍ତୁ, ଆମ ହୃଦୟକୁ ପ୍ରେମରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ କରିଦେବା; ପ୍ରେମ ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ପତି, ମନୁଷ୍ୟ ପ୍ରତି ଓ ସମସ୍ତ ଜୀବଜନ୍ତୁଙ୍କ ପ୍ରତି ।

ଯେତେବେଳେ ଆମ ହୃଦୟ ପ୍ରେମରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଯିବ, ସେତେବେଳେ ଜୀବନର ଦୁଃଖ ଓ ବିଷାଦ ପାଇଁ ସ୍ଥାନ ରହିବନାହିଁ ।

ଦେବାକୁ ଯଦି କିଛି ନାହିଁ, ତେବେ ଗୋଟିଏ ସ୍ମିତହାସ୍ୟ ଯଥେଷ୍ଟ :

ପ୍ରଶ୍ନ : ଦାଦା ଆଜିର ସୁବିଚାରଟି କ'ଣ ?

ଦାଦା : ଆଜିର ସୁବିଚାର ମହାତ୍ମାଗାନ୍ଧିଙ୍କ ଭାଷାରେ ହେଲା, "ଯେତେବେଳ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆପଣ ନିଜ ଚେହେରାରେ ସ୍ମିତହାସ୍ୟ ଧାରଣ ନ କରିଛନ୍ତି, ସେ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆପଣଙ୍କ ବେଶଭୂଷା ଅସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ।"

ଆମର ଗୁରୁଦେବ ସାଧୁ ବାସୱାନୀ ଥରେ କହିଥିଲେ, 'ମୋ' ପାଖରେ କେବଳ ଗୋଟିଏ ଜିଭ ଅଛି । ଯଦି ମୋ' ପାଖରେ ଲକ୍ଷେ ଜିଭ ଥାଆନ୍ତା, ତେବେ ବି ମୁଁ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ଗୋଟିଏ କଥା କହନ୍ତି, ଦିଅ ! ଦିଅ ! ଦିଅ !

ଦେବା ହିଁ ଜୀବନ । ଯଦି ଦିଏ, ସେ ହିଁ ଜୀବିତ । ଯିଏ ଦିଏନାହିଁ ସେ ମୃତ ସହିତ ସମାନ ।

ଦିଅ, ଯାହା କିଛି ବି ତୁମ ପାଖରେ ଅଛି, ନିଜର ସମୟ ଓ ପ୍ରତିଭା ଦିଅ । ନିଜର ସମ୍ପତ୍ତି ଦିଅ, ବ୍ୟାଙ୍କରେ ଜମା ପଇସା, ନିଜର ଅନୁଭବ, ନିଜର ବୁଦ୍ଧି, ନିଜର ଜ୍ଞାନ ଦିଅ ।

ଯଦି ତୁମ ପାଖରେ ଦେବାକୁ କିଛି ମଧ୍ୟ ନାହିଁ ତେବେ ଅତି କମ୍‌ରେ ନିଜର କୁନି ହସଟିଏ ଦିଅ । ସେ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ହସୁଥାଅ ଯେ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ନିଜ ଚେହେରାରେ ଛୋଟ ହସଟିଏ ଚିରସ୍ଥାୟୀ ରହି ନ ଯାଇଛି । ସଦା ସର୍ବଦା ହସୁଥାଅ ।

ଚିରସ୍ଥାୟୀ ହସ :

ପ୍ରଶ୍ନ : ଆପଣଙ୍କ ଚେହେରାରେ ସବୁବେଳେ ଏକ ସ୍ମିତହାସ୍ୟ ଫୁଟି ରହିଥାଏ ଓ ଆପଣ ଯେଉଁଠିକୁ ଯାଆନ୍ତି, ସେଠାରେ ହସ ଓ ଖୁସି ବୁଣି ବୁଣି ଚାଲନ୍ତି । ଏହାର ରହସ୍ୟ କ'ଣ ?

ଦାଦା : ମୁଁ ଜାଣି ନାହିଁ ଯେ ମୋ' ଚେହେରାରେ ସବୁବେଳେ ସ୍ମିତହାସ ରହିଛି ବୋଲି । ହୋଇପାରେ, ଏହା କେବେକେବେ ରହୁ ବି ନଥିବ । କିନ୍ତୁ ମୁଁ ଏହା ନିଶ୍ଚୟ ଜାଣିଛି ଯେ, ଯଦି କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତି ଦିବ୍ୟମାତାଙ୍କ ଚିରଞ୍ଜିବୀ, ଚିରପ୍ରେମ, ଚିରପ୍ରକାଶିତ ତଥା ସଦୈବ ଉଲ୍ଲାସ ପ୍ରଦାନକାରୀ ଉପସ୍ଥିତି ମଧ୍ୟରେ ରହେ ଓ କାର୍ଯ୍ୟକରେ, ତେବେ ତା ଚେହେରାରେ ସବୁ ସମୟ ପାଇଁ ଗୋଟିଏ ମଧୁର ଦିବ୍ୟ ହସ ଲାଗି ରହିବ ।

ଈଶ୍ୱରଙ୍କୁ ଆମେ ସାଧାରଣତଃ ନିଜର ପିତାରୂପରେ ମାନିଥାଉ ଓ ପ୍ରାର୍ଥନାରେ କହିଥାଉଁ, 'ଆମର ପିତା ଯିଏକି ସ୍ୱର୍ଗରେ ଅଛନ୍ତି ।' କିନ୍ତୁ ଈଶ୍ୱର ପୁଲିଙ୍ଗ ଓ ସ୍ତ୍ରୀଲିଙ୍ଗ ଦୁଇଟିଯାକ ଅଟନ୍ତି । ମୁଁ ଦିବ୍ୟମାତାଙ୍କ ରୂପରେ ଈଶ୍ୱରଙ୍କୁ ଆରାଧନା କରିଥାଏ । ତାଙ୍କର ଚରଣକମଳରେ ବସି ତାଙ୍କର ମୁଖାରବିନ୍ଦ ଉପରେ ଦୃଷ୍ଟିରଖି ମୁଁ ପ୍ରାର୍ଥନା କରିଥାଏଁ - 'ହେ ମା' ମୋତେ ନିଜର କରନ୍ତୁ, ମୋ ଜୀବନକୁ ଦିବ୍ୟ କରନ୍ତୁ ।' ଯେବେ ଆମେ ଦିବ୍ୟଜୀବନ ଆଡ଼କୁ ଆଗେଇ ଚାଲନ୍ତି - ଦେଖିବାକୁ ଗଲେ ସେହି ଜୀବନ ହିଁ ପ୍ରକୃତ ଜୀବନ - ସେହି ଉଚ୍ଚତମ ତତ୍ତ୍ୱ ସହିତ ସମ୍ପର୍କ ଓ କରୁଣାର ଜୀବନ, ଯାହା ନିମ୍ନତମ ଓ ନିକୃଷ୍ଟଙ୍କ ପ୍ରତି ପ୍ରେମମୟ ସେବାଦ୍ୱାରା ପ୍ରକଟ, ତେବେ ଆମ ଚେହେରାରେ ଗୋଟିଏ ମଧୁର ସ୍ମିତହାସ୍ୟ ଲାଗି ରହିଥାଏ । ଏହି ସ୍ମିତହାସ୍ୟ ଆମ ଭିତରର ଆନନ୍ଦକୁ ପ୍ରଦର୍ଶିତ କରେ । ଆମ ଭିତରେ ଆନନ୍ଦ ଓ ଶାନ୍ତିର ଗୋଟିଏ ସ୍ରୋତ ପ୍ରବାହିତ ହେବାକୁ ଲାଗେ, ତାହା ହେଉଛି ଅସୀମ ଆନନ୍ଦ ଓ ଶାନ୍ତି । ଯେତିକି ମାତ୍ରାରେ ଆମେ ଏହି ଆନନ୍ଦକୁ ପ୍ରକଟ କରି ଚାଲିବା, ସେତିକି ଅଧିକ ମାତ୍ରାରେ ଆମ ଚେହେରା ଉପରେ

ସ୍ୱତଃ ସ୍ମିତହାସ୍ୟ ଝରିପଡ଼ିବ । କୃତ୍ରିମ ହସ ବେଶୀ ସମୟ ରହିପାରିବ ନାହିଁ । ତାହା ଚିରସ୍ଥାୟୀ । ଆମ ସମସ୍ତଙ୍କ ଭିତରେ ଆନନ୍ଦ ଓ ଶାନ୍ତିର ସ୍ରୋତ ଅଛି । ପ୍ରକୃତରେ ଆମର ଅସ୍ତିତ୍ୱ ହିଁ ଶାନ୍ତି ଓ ଆନନ୍ଦ ଅଟେ । ଆମେ ଏହି ଶରୀର ନୁହଁନ୍ତି ଯାହାକୁ ଆମେ ଅସ୍ତିତ୍ୱ ବୋଲି ମାନୁଛୁ ।

ପ୍ରାଚୀନ କାଳରେ ଋଷିମାନେ ଏହାକୁ ସତ୍-ଚିତ୍-ଆନନ୍ଦ କହୁଥିଲେ । ସତ୍‌ର ଅର୍ଥ ଅସ୍ତିତ୍ୱକୁ ବୁଝାଯାଏ । କିନ୍ତୁ ମୋ' ମତରେ ଏହାର ଅର୍ଥ ଶାଶ୍ୱତତା ହେବା ଉଚିତ । ଆମେସବୁ ନିତ୍ୟ ଓ ଅମର ଅଟନ୍ତି । ମୃତ୍ୟୁ ଆମକୁ ଛୁଇଁ ପାରିବ ନାହିଁ । ମୃତ୍ୟୁ କେବଳ ଆମ ଶରୀରକୁ ଛୁଇଁ ପାରିବ । ଶରୀର ହେଉଛି ସେହି ବସ୍ତୁ ଯାହା ଆମେ ପୃଥିବୀରେ ରହିବା ସମୟରେ ପିନ୍ଧିଛେ । ଚିତ୍‌ର ଅର୍ଥ 'ଚେତନ' । ମୁଁ ଏହି ସ୍ଥାନରେ 'ଜାଗରୁକତା' ଶବ୍ଦର ପ୍ରୟୋଗକୁ ଅଧିକ ଉପଯୋଗୀ ଭାବୁଛି । 'ଆନନ୍ଦ'ର ଅର୍ଥ 'ହର୍ଷ' ତାହା ଅନ୍ତହୀନ ସୁଖ ଯାହାକୁ କେହି ଆପଣଙ୍କଠାରୁ ଛଡ଼ାଇ ନେଇପାରିବେ ନାହିଁ; କାରଣ ଏହା ବାହାରର ପରିସ୍ଥିତି ଓ ବସ୍ତୁ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରେନାହିଁ ।

ଦୁଇହଜାର ବର୍ଷ ପୂର୍ବେ ଜନ୍ମ ନେଇଥିବା ଜଣେ ମହାନ୍ ଆତ୍ମା କହିଛନ୍ତି, 'ମୋ' ପାଖରେ ସକାଳେ କିଛି ନଥାଏ, ରାତିକୁ ମଧ କିଛି ନଥାଏ, ତଥାପି ସେହି ପୃଥିବୀରେ ମୋ'ପରି ସୁଖୀ ଆଉ କେହି ନାହିଁ ।'

ପ୍ରସନ୍ନତା ଆମ ସମସ୍ତଙ୍କର ଜନ୍ମସିଦ୍ଧ ଅଧିକାର ।

ଧନବାଦ୍‌ର ଦୁଃଖ :

ପ୍ରଶ୍ନ : ଏପରି କାହିଁକି ହୁଏ କି ଭିତରେ ଖୁସିର ସ୍ରୋତ ଥାଇ ମଧ ଆମ ମଧରୁ କେତେକ ଦୁଃଖୀ ?

ଦାଦା : ଏହା ସତ ଯେ ଆମ ଭିତରୁ କେତେ ଲୋକ ଦୁଃଖୀ ଅଟନ୍ତି । କେବଳ ଗରିବ ନୁହଁନ୍ତି କିନ୍ତୁ ଲକ୍ଷପତି ଓ କୋଟିପତି ମଧ ଦୁଃଖୀ ଅଟନ୍ତି । ମୋର ଅନେକ ଲକ୍ଷପତି କୋଟିପତିଙ୍କ ସହିତ ଦେଖା ହୋଇଛି, ଯେଉଁମାନେ କି ଆଖିରେ ଲୁହ ନେଇ ମୋତେ କହିଛନ୍ତି, 'ଆମେ ବହୁତ ଦୁଃଖୀ, କ'ଣ କରିବୁ ?'

ଲଣ୍ଡନରେ ଜଣେ କୋଟିପତି ଅଛନ୍ତି, ସେ କେତେ କୋଟି ପାଉଣ୍ଡର ମାଲିକ । ଗୋଟିଏ ଚିଠିରେ ସେ ଲେଖିଛନ୍ତି, 'ମୋ ପାଖରେ ସଂସାରର ସମସ୍ତ ସାଧନ ଅଛି । ସବୁକିଛି ଅଛି ।

ମୁଁ ଏତେ ଆରାମ, ଧନ-ସମ୍ପତ୍ତି ଓ ଅପାର ସମ୍ପତ୍ତିର ସ୍ୱାମୀ ଅଟେ ତଥାପି ଏପରି କୌଣସି ଦିନ ଯାଏନାହିଁ, ଯେଉଁଦିନ ମୁଁ ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରିବାକୁ ଚିନ୍ତା ନକରେ ।'

ଖୁସିର ରହସ୍ୟ :

ପ୍ରଶ୍ନ : ଆମେ ସମସ୍ତେ ଖୁସି ରହିବା ଇଚ୍ଛା କରନ୍ତି । ଦୟାକରି କୁହନ୍ତୁ ପ୍ରକୃତ ଖୁସି ପାଇବା ପାଇଁ ଆମକୁ କ'ଣ କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ ?

ଦାଦା : ଏହି ପ୍ରଶ୍ନର ସମାଧାନ ପ୍ରଥମେ ନକାରାତ୍ମକ ଭାବରେ କରିବାକୁ ଚାହୁଁଛି । ଆମେ ସମସ୍ତେ ଖୁସିରେ ରହିବାକୁ ଇଚ୍ଛା ତ କରନ୍ତି କିନ୍ତୁ ବହୁତ କମ୍ ଲୋକ ଅଛନ୍ତି ଯେଉଁମାନେ ନିଷ୍କପଟ କରନ୍ତି କିନ୍ତୁ ବହୁତ କମ୍ ଲୋକ ଅଛନ୍ତି ଯେଉଁମାନେ ନିଷ୍କପଟ ଭାବରେ କହିପାରିବେ ଯେ ସେମାନେ ପ୍ରକୃତରେ ଖୁସି ଅଛନ୍ତି । କାରଣ ଯେଉଁ ଜିନିଷସବୁ ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ଦୁଃଖୀ କରନ୍ତି, ସେଥିରୁ ଆମେମାନେ ମୁକୁଳି ପାରିନାହୁଁ । ବସ୍ତୁକୁ ଆମେ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ମାନି ସେସେବୁକୁ କୁଣ୍ଢାଇ ଧରିଛୁ । ପ୍ରସନ୍ନତା ନଷ୍ଟ କରୁଥିବା ସେହି ସବୁ ବସ୍ତୁକୁ ଆମେ ଆମ ମନରୁ ବାହାର କରିଦେବା ଉଚିତ ।

ପ୍ରସନ୍ନତାକୁ ନଷ୍ଟ କରିବା ତତ୍ତ୍ୱମଧ୍ୟରେ ଗୋଟିଏ ହେଲା, ଘୃଣା । ବହୁତ ଲୋକ ନିଜ ମନ ମଧ୍ୟରେ ବ୍ୟାପିଥିବା ଘୃଣାକୁ ପ୍ରେମ କରିବାକୁ ଲାଗନ୍ତି, ଯେପରି ଆଲୋକ ଓ ଅନ୍ଧକାର କେବେବି ଏକ ସଙ୍ଗରେ ରହିପାରନ୍ତି ନାହିଁ, ସେହିପରି ଘୃଣା ଓ ଖୁସି ସାଙ୍ଗ ହୋଇ ରହିପାରିବେ ନାହିଁ ।

ଯଦି କେହି ମୋତେ ଘୃଣା କରୁଛି ତା ବଦଳରେ ମୁଁ ତାକୁ ଘୃଣା କରୁଛି । ଏହିପରି ଘୃଣା ବଢ଼ି ବଢ଼ି ଚାଲେ । ଗୌତମ ବୁଦ୍ଧ କହିଛନ୍ତି, "ଘୃଣାଦ୍ୱାରା ଘୃଣା ନଷ୍ଟ ହୁଏନାହିଁ, ଘୃଣା ପ୍ରେମରେ ସମାପ୍ତ ହୁଏ ।"

ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି କୁ-ମାର୍ଗରେ ଯାଉଥିଲେ । ସେ ଜୁଆଡ଼ି ଓ ମଦ୍ୟପ ଥିଲେ । ସେ ବଦନାମୀ ସ୍ତ୍ରୀଲୋକମାନଙ୍କ ପାଖକୁ ଯାଉଥିଲେ । ତାଙ୍କର ପତ୍ନୀ ଶାନ୍ତି ଓ ସାନ୍ତ୍ୱନା ପାଇବାପାଇଁ ଆମର ଗୁରୁଦେବ ସାଧୁ ବାସ୍ୱାନୀଙ୍କ ସତ୍‌ସଙ୍ଗକୁ ଆସୁଥିଲେ । ତାଙ୍କ ପତିକୁ ଏ କଥା ଭଲ ଲାଗିଲା ନାହିଁ । ଦିନେ ସେ ବାସୱାନୀଙ୍କ ପାଖକୁ ଆସି ନିଜର ଆଙ୍ଗୁଠି ଦେଖାଇ କହିଲେ, "ଆପଣ ଜାଣନ୍ତି ନାହିଁ ଯେ ମୁଁ ଆପଣଙ୍କୁ କେତେ ଘୃଣା କରେ ।"

ସାଧୁ ବାସୱାନୀ ତ ପ୍ରେମ, ସଜ୍ଜନତା ଓ ବିନମ୍ରତାର ମୂର୍ତ୍ତିଥିଲେ । ସେ ପ୍ରେମପୂର୍ବକ ସେହି ଲୋକର ଆଖିରେ ଆଖି ମିଳାଇ କହିଲେ, "ଭାଇ ! ତୁମେ ଜାଣିନାହଁ ଯେ ମୁଁ ତୁମକୁ କେତେ ଭଲପାଏ ।"

ଏହି ବାକ୍ୟଟି ଯାଦୁର କାମକଲା । ଲୋକଟି ସାଧୁ ବାସୱାନୀଙ୍କ ପାଦତଳେ ପଡ଼ିଗଲା । ଆଖିରେ ଆଖିଏ ଲୁହ ନେଇ ସେ କହିଲେ, 'ହେ ମହାତ୍ମା ! ମୋତେ କ୍ଷମାକରି ଦିଅନ୍ତୁ । ମୁଁ ବହୁତ ପାପ କରିଛି ।

ତାର ଜୀବନ ବଦଳିଗଲା ଓ ସେ ଜଣେ ନୂଆ ଲୋକରେ ପରିଣତ ହୋଇଗଲା । ସେହିଦିନ ପରଠାରୁ ସେ ନିଜ ପତ୍ନୀ ଓ ପିଲାମାନଙ୍କ ସହିତ ସବୁଦିନ ସନ୍ଧ୍ୟାରେ ନିୟମିତ ଭାବରେ ସତ୍‌ସଙ୍ଗ ଶୁଣିବାକୁ ଆସିଲା । ଏହା ସତଯେ ଘୃଣା ଦ୍ୱାରା ଘୃଣା କେବେବି ସମାପ୍ତ ହୁଏ ନାହିଁ ବରଂ ପ୍ରେମଦ୍ୱାରା ସମାପ୍ତ ହୁଏ ।

ଯଦି ଆପଣ ପ୍ରସନ୍ନ ରହିବାକୁ ଚାହାନ୍ତି, ତେବେ ଆପଣଙ୍କ ହୃଦୟରେ ପ୍ରେମ ଜନ୍ମିବା ଦରକାର । ପ୍ରେମରୁ ପ୍ରସନ୍ନତା ଜନ୍ମ ହୋଇଥାଏ ।

ଭୟ ଓ ଆକ୍ରୋଶ ଉପରେ କିପରି ବିଜୟ ମିଳିବ ?

ପ୍ରଶ୍ନ : ଦାଦା, ଏହା ସତ ଯେ ଘୃଣା ଆମର ଖୁସିକୁ ନଷ୍ଟ କରିଥାଏ । ଆମେ ଆମର ଦୈନନ୍ଦିନ ଜୀବନରେ ଛୋଟ ଛୋଟ ତୁଚ୍ଛ କଥାରେ ବିଚଳିତ ହୋଇଯାଇଥାଉ । କେହି ମୋ ସହିତ ଠିକ୍‌ଭାବରେ କଥା ନହେଲେ, କେହି ମୋତେ ଉପେକ୍ଷା କଲେ, କିଏ ମୋର ନିନ୍ଦା କଲେ ମୁଁ ଅତି ଶୀଘ୍ର ବିଚଳିତ ହୋଇଯାଏ । ମୋ'ଭିତରେ ଆକ୍ରୋଶର ଭାବନା ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଯାଏ । କ'ଣ ଆକ୍ରୋଶ ମଧ୍ୟ ଆମର ଖୁସିକୁ ନଷ୍ଟ କରିଦିଏ ?

ଦାଦା : ଆକ୍ରୋଶ ଖୁସିକୁ ନଷ୍ଟ କରିବାର ଏକ ବଡ଼ କାରଣ । ଆମର ଦୈନନ୍ଦିନ ଜୀବନରେ ଅନେକ ଛୋଟ ଛୋଟ ଘଟଣା ଘଟିଥାଏ ଓ ଆମେ ଉତ୍ତେଜିତ ହୋଇଯାଆନ୍ତି । ଏହି ଉତ୍ତେଜନାର କଣ୍ଟା ଆମର ଖୁସିରେ ବାଧା ଦିଏ । ଏଥିରୁ ରକ୍ଷା ପାଇବାର ବାଟ ହେଲା, ଆମକୁ ଗ୍ରହଣ କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ ଯେ ଯାହାକିଛି ବି ହେଉଛି, ତାହା ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ଇଚ୍ଛାରେ ହେଉଛି ଓ ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ଇଚ୍ଛାରେ ହିଁ ମନୁଷ୍ୟର ମଙ୍ଗଳ ।

କ'ଣ ଏପରି କିଛି ଘଟିଛି ଯାହାଦ୍ୱାରା ଆପଣ ଉତ୍ତେଜିତ ହୋଇଛନ୍ତି ? କ'ଣ ଏପରି ହୋଇଛି ଯାହା ଆପଣ ଘଟାଇବାକୁ ଚାହୁଁନଥିଲେ ?

ବୁଝିବାକୁ ପଡ଼ିବ ଯେ ଏସବୁ ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ପ୍ରେମମୟ ହାତରୁ ଆପଣଙ୍କୁ ମିଳିଛି, ଏହାକୁ ଈଶ୍ୱରଙ୍କଠାରୁ ମିଳିଥିବା ପ୍ରସାଦ ଭାବି ସ୍ୱୀକାର କଲେ ଆପଣଙ୍କୁ କେବେବି ରାଗ ବା ଉତ୍ତେଜନା ଆସିବ ନାହିଁ । ଖୁସିକୁ ନଷ୍ଟ କରିବାବାଲା ଆଉ ଗୋଟିଏ ତତ୍ତ୍ୱ ହେଲା -- ଭୟ । ଆମ ହୃଦୟରେ ଯଦି ଭୟ ଅଛି, ତେବେ ଆମେ କେବେବି ଖୁସି ରହିପାରିବା ନାହିଁ । ମହାନ୍ ବୈଦିକ ଋଷିମାନେ ଏପରି ପ୍ରାର୍ଥନା କରୁଥିଲେ, 'ମୁଁ ମିତ୍ର ଓ ଶତ୍ରୁ, ଜ୍ଞାନ ଓ ଅଜ୍ଞାନ, ସମସ୍ତ ପ୍ରକାର ଭୟରୁ ମୁକ୍ତ ରହେ ।'

ଯୁଧିଷ୍ଠିରଙ୍କୁ ପଚରାଗଲା, 'ଏହା କ'ଣ ଯାହା ମଣିଷକୁ ସମସ୍ତ ପ୍ରକାର ବିପଦରୁ ରକ୍ଷାକରେ ?' ଯୁଧିଷ୍ଠିରଙ୍କ ଜବାବ ଥିଲା, "ସାହସ" । ସାହସ ଆମକୁ ସବୁପ୍ରକାର ବିପଦରୁ ରକ୍ଷାକରେ । ସେଥିପାଇଁ କୁହାଯାଇଛି କି, ଯେତେବେଳେ ଆପଣଙ୍କ ଧନସମ୍ପତ୍ତି ଚାଲିଯାଏ, ସେତେବେଳେ ମାମୁଲି କ୍ଷତି

ହୁଏ । କିନ୍ତୁ ସାହସ ହରାଇଲେ ସବୁକିଛି ହରାଇଦିଅନ୍ତି ।

ସାହସ ବିଶ୍ୱାସରୁ ଜନ୍ମ ନେଇଥାଏ । ବିଶ୍ୱାସ ରଖନ୍ତୁ ଯେ, ଆପଣ ଏକୁଟିଆ ନୁହଁନ୍ତି ଓ ବିଶ୍ୱାସ ହେଉଛ ଈଶ୍ୱରଦତ୍ତ ବରଦାନ । ଏଥିପାଇଁ ଆମକୁ ବାରମ୍ୱାର ବିଶ୍ୱାସ ପାଇଁ ପ୍ରାର୍ଥନା କରିବା ଉଚିତ ।

ଜୀବନ-ନିର୍ମାଣର ଶିଳାଖଣ୍ଡ :

ପ୍ରଶ୍ନ : ଦାଦା, ଆପଣଙ୍କ ପ୍ରବଚନରେ ଆପଣ ଠିକ୍ ବିଚାରକୁ ବହୁତ ମହତ୍ତ୍ୱ ଦିଅନ୍ତି । ଦୟାକରି ଆମକୁ କହନ୍ତୁ, ଆମ ଜୀବନରେ ବିଚାରର ସ୍ଥାନ କେଉଁଠି ?

ଦାଦା : ଏହା ଏକ ବଡ଼ ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ପ୍ରଶ୍ନ । ସାଧାରଣତଃ ଆମେମାନେ ଆମର ବିଚାର ଉପରେ ଧ୍ୟାନ ଦେଇ ନଥାଉଁ । ଆମେ କହୁକି, ଏହା ତ କେବଳ ମାତ୍ର ଗୋଟିଏ ବିଚାର ହିଁ ଥିଲା । ତଫାତ୍ କ'ଣ ପଡୁଛି ? ନା ! ବିଚାର ମଧ୍ୟରେ ଶକ୍ତି ଅଛି । ବିଚାର ମଧ୍ୟ ବସ୍ତୁ । ବିଚାର ହେଉଛି ଆମ ଜୀବନ ନିର୍ମାଣର ଇଟା । ବିଚାର ଦ୍ୱାରା ଆମେ ଆମ ଭବିଷ୍ୟତ ନିର୍ମାଣ କରୁ ।

ସାଧାରଣତଃ ଲୋକେ ନିଜ ଭାଗ୍ୟକୁ ଦୋଷ ଦିଅନ୍ତି । କହନ୍ତି, 'ଆମର ଭାଗ୍ୟ ଏପରି, ଆମର ରାଶି ନକ୍ଷତ୍ର ମଧ୍ୟ ଏପରି ।' ଆମେ ଭୁଲିଥାଉ ଯେ ଆମର ଭାଗ୍ୟ ନିର୍ମାଣ କରିବା ଦ୍ୱାରା ସ୍ୱୟଂ ଆମେ ଆମର ଭାଗ୍ୟ ଆମେ ଆମର ବିଚାର ଦ୍ୱାରା ଗଢୁ । ଆମର ପ୍ରତ୍ୟେକ ବିଚାର ଗୋଟିଏ ଗୋଟିଏ ଇଟା ଅଟେ, ଯାହାଦ୍ୱାରା ଆମେ ଆମର ଭାଗ୍ୟ ଓ ଭବିଷ୍ୟତ ନିର୍ମାଣ କରୁ । ଏଥିପାଇଁ ଆମକୁ ନିଜ ବିଚାର ବିଷୟରେ ସବୁବେଳେ ସାବଧାନ ରହିବା ଉଚିତ ।

ଯଦି ଗୋଟିଏ ବିଚାର ଲଗାତାର ମନ ମଧ୍ୟରେ ରହେ, ତେବେ ତାହା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କଠାରୁ ସେହିପରି କର୍ମ କରାଇଥାଏ । ଯଦି ମନରେ ସେବାର ବିଚାର ଅଛି, ତେବେ ତାହା ଆପଣଙ୍କୁ ସେବାକାର୍ଯ୍ୟ ଆଡ଼କୁ ନେଇଯିବ । ଯଦି ମନରେ କୌଣସି ଅପବିତ୍ର ବିଚାର ଅଛି, ତେବେ ତାହା ଆପଣଙ୍କୁ କାମ କରାଇବ । ଯେଉଁ କାର୍ଯ୍ୟ ବାରମ୍ବାର କରାଯାଏ, ତାହା ଅଭ୍ୟାସ ବା ପ୍ରବୃତ୍ତିରେ ପରିଣତ ହୋଇଯାଏ ଓ ପ୍ରବୃତ୍ତି ଗୋଟିଏ ଖରାପ ଜିନିଷ ।

ଇଂରାଜୀରେ ପ୍ରବୃତ୍ତିକୁ 'Habit' କହନ୍ତି । ଏଥିରୁ H ଅକ୍ଷର କାଢ଼ିଦେଲେ A bit ରହିଯାଏ, ଯାହାର ଅର୍ଥ କମ୍ । A କୁ କାଢ଼ିଦେଲେ bit ରହିଯାଏ, ଯାହାର ଅର୍ଥ ଅତି କମ୍ । ସେଥିରୁ B କୁ କାଢ଼ିଦେଲେ ମଧ it ରହିଯାଏ, ଯାହାର ଅର୍ଥ 'ଏହା' । ପ୍ରବୃତ୍ତିରୁ ରକ୍ଷା ପାଇବା ପ୍ରକୃତରେ ବଡ଼ କଷ୍ଟକାମ ।

ଆମର ପ୍ରବୃତ୍ତି ସବୁର ସମ୍ମିଶ୍ରଣକୁ ଆମର ଚରିତ୍ର ବୋଲି କୁହାଯାଏ । ଆମର ଚରିତ୍ରରୁ ଆମର ଭାଗ୍ୟ ତିଆରି ହୁଏ । ଏସବୁର ଆରମ୍ଭ ବିଚାରରୁ ହୋଇଥାଏ ।

ବେଞ୍ଜାମିନ୍ ଫ୍ରାଙ୍କଲିନ୍ କହିଛନ୍ତି, 'ବର୍ତ୍ତମାନ ସମୟର ସବୁଠାରୁ ବଡ଼ ଆବିଷ୍କାର ହେଲା, ନିଜ ବିଚାରକୁ ବଦଳାଇ ଆପଣ ନିଜ ଜୀବନକୁ ବଦଳାଇ ପାରିବେ ।' ଏପରି ଅନେକ ଲୋକ ଅଛନ୍ତି, ଯେଉଁମାନେ ନିଜ ବିଚାର ଦ୍ୱାରା ବିପଦ ଓ କଷ୍ଟକୁ ଆମନ୍ତ୍ରିତ କରନ୍ତି । ବିଚାରରେ ଚୁମ୍ବକୀୟ ଶକ୍ତି ଅଛି, ଯାହା ବିଷୟରେ ଆମେ ନିରନ୍ତର ସବୁଦିନ ଚିନ୍ତା କରୁ ତାଙ୍କୁ ନିଜ ଆଡ଼କୁ ଟାଣି ଆଣୁ ।

ଆଜିକାଲି ଡ଼ାକ୍ତରମାନେ ଗୋଟିଏ ନୂଆ ରୋଗର କଥା କୁହନ୍ତି । ସେମାନେ ତାକୁ 'ଲାକ୍ଷ୍ୟଣିକ କଳ୍ପନା' (Symptom

atic maginities) ବୋଲି କହିଛନ୍ତି । କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତିକୁ କୌଣସି ଏକ ସାମାନ୍ୟ କଷ୍ଟ ହେଲେ ସେ ଭାବୁଛି ତାକୁ ଭୟଙ୍କର ରୋଗ ହୋଇଯାଇଛି । ଜଣେ ସ୍ତ୍ରୀଲୋକ ଅଛନ୍ତି, ଯାହାଙ୍କୁ ସାମାନ୍ୟ ମୁଣ୍ଡବ୍ୟଥା ହେଲେ ସେ କଳ୍ପନା କରନ୍ତି କି ତାଙ୍କର ମସ୍ତିଷ୍କରେ ଟ୍ୟୁମର ହୋଇଯାଇଛି ।

ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ଅଛନ୍ତି ଯେତେବେଳେ ତାଙ୍କ ପେଟରେ କିଛି ଯନ୍ତ୍ରଣା ହୁଏ, ସେ ଭାବନ୍ତି ତାଙ୍କୁ କ୍ୟାନ୍‌ସର ହୋଇଯାଇଛି । ଏହିପରି କଳ୍ପନାକରି ସେହି ବିଷୟରେ ଚିନ୍ତା କରି ଚାଲିଲେ ଆମେ ସେହି ରୋଗକୁ ଡ଼ାକିଥାଉ । ଏଥିପାଇଁ ଆମେ ନିଜ ବିଚାର ବିଷୟରେ ବହୁତ ସାବଧାନ ରହିବାକୁ ପଡ଼ିବ ।

କୋଇଲା ଖଣିରେ ଫସିଥିବା ମଣିଷ :

ପ୍ରଶ୍ନ : ଦାଦା, ଆପଣ କହିଥିଲେ କି ଏହି ପ୍ରଶ୍ନର ପ୍ରଥମେ ସକାରାତ୍ମକ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ସମାଧାନ କରିବେ । ଦୟାକରି ନକାରାତ୍ମକ ଦୃଷ୍ଟିକୋଣ ମଧ ବତାନ୍ତୁ ।

ଦାଦା : ଏହା ହେଉଛି ସକାରାତ୍ମକ ଦୃଷ୍ଟି । ଯଦି ଆମେ ଖୁସି ରହିବା ଚାହୁଁଛୁ, ତେବେ ଆମ ନିଜ ହୃଦୟକୁ ପ୍ରେମରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ

କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ପ୍ରତି ପ୍ରେମ, ନିଜର ସାଥୀ ମଣିଷ ପ୍ରତି ପ୍ରେମ, ପଶୁ-ପକ୍ଷୀମାନଙ୍କ ପ୍ରତିପ୍ରେମ । ଯଦି ଆମେ ହୃଦୟ ପ୍ରେମରେ ଉବୁଟୁବୁ ହେଉଥିବ, ତେବେ ଆମ ଜୀବନରେ ଦୁଃଖ ପାଇଁ କୌଣସି ସ୍ଥାନ ରହିବ ନାହିଁ । ଏହି ସଂସାରରେ ଆମେ ସମସ୍ତଙ୍କ ଠାରୁ ପ୍ରସନ୍ନ ଜୀବ ହୋଇଯିବା ।

ମହାନ୍ ମୁସଲମାନ ସନ୍ଥ ରବିୟାଙ୍କୁ ଲୋକେ ପଚାରିଲେ, "ଆପଣ କ'ଣ ସୈତନାକୁ ମଧ ଘୃଣା କରନ୍ତି ନାହିଁ ?"

ସେ ଜବାବ ଦେଲେ, "ମୋ' ହୃଦୟ ପ୍ରେମରେ ଏତେ ଭରିଯାଇଛି ଯେ ସେଠାରେ ଘୃଣା ଲାଗି ଖାଲି ସ୍ଥାନ ନାହିଁ ।"

ମୁଁ ଗୋଟିଏ ଖଣିରେ କାମ କରୁଥିବା ଶ୍ରମିକ ବିଷୟରେ ପଢ଼ିଥିଲି । ସେ ଗୋଟିଏ କୋଇଲା ଖଣିରେ ଫସି ଯାଇଥିଲା ଓ ପ୍ରାୟ ମୃତ୍ୟୁର ନିକଟତର ଥିଲା । ସେ ଗୋଟିଏ ପେନସିଲ ଓ ଏକ କାଗଜ ଖଣ୍ଡନେଇ ନିଜ ପତ୍ନୀ ପାଖକୁ ଅନ୍ତିମ ପତ୍ର ଲେଖିଲା - 'ମୋର ଚିନ୍ତା କରିବ ନାହିଁ କାରଣ ମୁଁ ମରିବା ସମୟରେ ମଧ ଖୁସି ଅଛି । ମୁଁ ତୁମକୁ, ପିଲାମାନଙ୍କୁ ଓ ପରମପିତା ପରମାତ୍ମାଙ୍କ ପ୍ରତି ମୋର ପ୍ରେମ ପଠାଉଛି । ସଙ୍କଟର ଏହି ସମୟରେ ଈଶ୍ୱର

ମୋ' ପାଖରେ ଅଛନ୍ତି । ମୁଁ ତାଙ୍କର ଉପସ୍ଥିତିକୁ ଅନୁଭବ କରିପାରୁଛି, ସେଥିପାଇଁ ମୋତେ ଡ଼ର ଲାଗୁନାହିଁ ।

ମୋ' ହୃଦୟ ଆନନ୍ଦରେ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ ଅଛି । ପିଲାମାନଙ୍କୁ ମୋର ସ୍ନେହ ଦେବ । ସେମାନଙ୍କର ଦାୟିତ୍ୱ ବୁଝିବ । ଏହା ମଧ୍ୟ ମନେରଖିବ ଯେ ବଡ଼ହୋଇ ସେମାନେ ନିର୍ଭୟ, ସାହସୀ, ସମ୍ବେଦନଶୀଳ ଓ ସେବା-ଭାବନା ରଖୁଥିବା ମଣିଷ ହୁଅନ୍ତୁ ।"

ସେ ବ୍ୟକ୍ତି ପ୍ରେମର ଅର୍ଥ ଜାଣିଥିଲା ।

ହସ ଚିକିତ୍ସା

ଆମ ରକ୍ତର ଅଣୁମାନଙ୍କରେ ଏପରି ସମ୍ବେଦକ ଅଛନ୍ତି, ଯେଉଁମାନେ ଆମ ମସ୍ତିଷ୍କରୁ ସଙ୍କେତ ଗ୍ରହଣ କରନ୍ତି ।

ଯଦି କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତି ଆନନ୍ଦିତ ଏବଂ ସନ୍ତୁଷ୍ଟ ଥାଆନ୍ତି ତେବେ ସମ୍ବେଦକମାନେ ଖୁସିର ସଙ୍କେତ ପଠାନ୍ତି ଓ ବ୍ୟକ୍ତିର ସୁସ୍ଥ ହେବାର ଗତି ବଢ଼ିଯାଏ ।

ଆଧୁନିକ ବିଜ୍ଞାନର ଆବିଷ୍କାର ହେଲା ଯେ ଆପଣ ଯେତିକି ଅଧିକ ହସନ୍ତି, ସେତିକି ଅଧିକ ସୁସ୍ଥ ରହନ୍ତି ।

ଦାଦା ଜେ.ପି. ବାସୱାନୀଙ୍କ ଅନ୍ୟ କେତେକ ଜୀବନ ପରିବର୍ତ୍ତନକାରୀ ପୁସ୍ତକ (ଓଡ଼ିଆ)

ଯୋଗାଯୋଗ

ବ୍ରଜ କୁମାର ଶତପଥୀ

୩୫, ଲକ୍ଷ୍ମୀ ବିହାର

ପୋ.ଅ. ସୈନିକ ସ୍କୁଲ, ଭୁବନେଶ୍ୱର-୭୫୧୦୦୫

ଭ୍ରାମ୍ୟଭାଷ - ୯୪୩୭୬୩୦୫୭୪



ଭୟରୁ ମୁକ୍ତି
ISHA

ଆତ୍ମିକ ପୋଷଣ
ISHA

ଆତ୍ମିକ ଜଳପାନ
ISHA